

BHAGAVAD GITA

**Il Dharma globale
per il terzo Millennio**

Capitolo 17

Traduzione e commento a cura di

Parama Karuna Devi

Copyright © 2015 Parama Karuna Devi

All rights reserved.

ISBN-13: 978-1482556971

ISBN-10: 1482556979

edizioni

Jagannatha Vallabha Vedic Research Center

telefono: +91 94373 00906

E-mail: paramakaruna@aol.in

Website: www.jagannathavallabha.com

© 2015 PAVAN

Sede indiana:

PAVAN House

Siddha Mahavira patana,

Puri 752002 Orissa

Capitolo 17

Sraddha traya vibhaga yoga

Lo yoga della differenza tra le tre forme di fede

Krishna continua qui a sfatare la nozione errata e pericolosa secondo la quale "tutte le religioni sono buone". Questo problema è particolarmente acuto in India, dove il concetto di secolarismo non è la solita idea di "separazione tra Chiesa e Stato", ma un tentativo dello Stato di accettare tutte le religioni, con particolari facilitazioni e favori per le "minoranze religiose", il che in pratica si riferisce alle ideologie abramiche, che sono intrinsecamente adharmiche. In questo approccio difettoso lo Stato si pone "al di là del *dharma*" (*dharma nirapekshita*) piuttosto che al di là dei vari tipi di fede religiosa (*sraddha*), lignaggi (*sampradaya*), istituzioni o gruppi religiosi (*matha*).

Abbiamo già elaborato a proposito del concetto di "*sarva dharma sama bhava*" nell'introduzione al capitolo precedente (il 16) e studieremo l'argomento in modo ancora più elaborato in questo capitolo. Ovviamente Krishna lo considera un punto molto importante, poiché ne parla così dettagliatamente e alla

conclusione della *Bhagavad gita*, cosa che indica come questa conoscenza sia più avanzata (e conclusiva) rispetto agli insegnamenti che ha offerto nei capitoli precedenti. Perché mai?

Perché questa conoscenza ci rende capaci di mettere veramente in pratica la teoria, e trasformare la nostra vita facendo le scelte giuste, in ogni momento. Questo è il vero banco di prova della nostra comprensione e realizzazione della scienza trascendentale, e il fondamento di *viveka* (l'intelletto discriminante) grazie al quale possiamo distinguere le personalità divine da quelle asuriche, al di là di qualsiasi astuto travestimento o propaganda che possono utilizzare.

La verifica attraverso le scritture autentiche è estremamente importante (13.26, 15.20, 16.23-24, 17.5, 18.40). Ci fornisce la guida precisa e l'addestramento necessario nello sviluppo della conoscenza e della comprensione di cui abbiamo bisogno per la nostra evoluzione personale, almeno finché arriviamo al punto in cui vediamo direttamente (*darshana*) la Realtà (6.44) con la nostra intelligenza e coscienza. Questa percezione diretta della Conoscenza è perfettamente alla portata di tutti gli esseri umani, ma allo stato condizionato l'intelligenza viene ricoperta da molti strati di ignoranza e confusione, tanto che le persone ordinarie non evolute rimangono incapaci di vedere bene le cose, o addirittura arrivano a percepire l'opposto della realtà, come un riflesso distorto (18.32) che è capovolto.

Dovremmo notare che Krishna usa la definizione "*sraddha*" invece che "*dharma*" per indicare le differenti pratiche religiose della gente. E' vero che tutte le manifestazioni del *dharma* hanno la stessa natura, perché il *dharma* è *sanatana*, il fondamento eterno e universale dell'etica naturale. Però *sraddha*, la *fede*, non è necessariamente in linea con il *dharma*, anzi, può facilmente opporsi al *dharma* quando è influenzata dall'ignoranza (18.32). Il concetto originario di religione è certamente dharmico perché

consiste nel desiderio naturale dell'anima di conoscere il Supremo e di collegarsi con il Supremo, ma le varie opinioni su come soddisfare tale necessità possono essere molto differenti.

Questa è la base dell'affermazione, *ekam sad vipra bahudha vadanti*, "Dio è uno, ma gli studiosi lo chiamano con molti nomi" (*Rig Veda* 1.164.46). Ecco la citazione completa: *indram mitram varunam agni rahu ratho divya sa suparno garutman, ekam sad vipra bahudha vadanty agnim yamam matarisva nama ahuh*, "Colui che è chiamato Indra ("il glorioso"), Mitra ("l'amico"), Varuna ("il migliore"), Agni ("degno di adorazione"), Rahu ("che afferra"), Surya (*ratho divya*, "che viaggia nel carro celeste") e l'uccello Garuda, è un unico essere eterno, ma gli studiosi lo chiamano anche Yama ("che controlla") e Matarisva ("il vento poderoso")."

L'errore nell'equazione consiste nel fatto che le ideologie abramiche non approvano la conclusione secondo cui "tutte le religioni sono buone", poiché ogni fede abramica traccia una netta separazione tra sé stessa come verità assoluta e tutte le altre fedi come false e diaboliche, e quindi inaccettabili. Gli abramici insistono che soltanto il loro Dio (che chiamano "l'unico Dio vero" mentre gli altri sarebbero falsi) deve essere adorato, e secondo le loro particolari regole, e a nessuno dovrebbe essere permesso di adorare qualsiasi altro Dio (o qualsiasi altra forma o nome dell'unico Dio).

L'esempio del cibo e del nutrimento offerto da Krishna in questo capitolo è perfetto. Avere sentimenti religiosi è come avere fame: tutti gli esseri conoscono la fame e desiderano trovare cibo, ma non tutti scelgono di mangiare gli stessi alimenti, e alcuni pazzi possono perfino preferire cose tossiche o velenose. La scelta viene determinata dalla conoscenza (o mancanza di conoscenza), ma anche dal particolare senso fisico del gusto inerente al corpo che si riveste, e dal contatto precedente con un *guna* o qualità

fondamentale della natura - *sattva*, *rajas* o *tamas*. Per questo motivo il capitolo 17 offre spiegazioni dettagliate sui differenti tipi di cibi preferiti dalle persone controllate da ciascun *guna*, sentimento o emozione.

Dovremmo notare che *guna* e *bhava* ("percezione, emozione, natura, sentimento") sono strettamente collegati tra loro. L'influenza dei tre *guna* non è soggetta principalmente alla logica o alla mente cosciente, ma all'emozione e alla mente subcosciente, poiché l'accumulo delle impressioni e delle abitudini precedenti (*samskara* e *vasana*). Perciò la natura (*prakriti*) degli esseri è indistinguibile dai *guna*; non solo al livello materiale ma persino al livello spirituale, dove i *guna* sono presenti nella loro forma trascendentale originaria (rispettivamente come *ananda*, *cit*, *sat*).

E' detto, *de gustibus non disputandum (est)*, "dei gusti non si discute", e in effetti è perfettamente vero - la discussione, la logica o il buon senso hanno ben poco potere nel convincere le persone a cambiare i propri gusti, poiché i gusti sono basati su sentimenti, emozioni e natura personale.

L'unico modo di cambiare la situazione in meglio consiste nello scoprire un gusto migliore (2.59). Per arrivare a questo punto, dobbiamo seguire il metodo offerto dalle scritture, sotto la guida di coloro che sono già realizzati (*tattva darsi*, 2.16, 4.34) e modificare le nostre abitudini con uno sforzo consapevole di pratica e distacco (*abhyasa*, 8.8, 12.9, 6.35).

Si dice che l'abitudine sia una seconda natura, perciò possiamo comprendere che facendo scelte consapevoli su ciò che va fatto e ciò che non va fatto (16.7, 16.24, 18.30) possiamo prendere rifugio in una natura differente (*sattva*, *rajas*, o *tamas*), dopodiché la nuova configurazione della natura porterà a termine le azioni, come spiegava il verso 13.21. In questo capitolo 17, *abhyasa* è definita come *sadhana* (17.15), ma per comprenderla meglio

possiamo consultare il verso 6.26 e specialmente i versi 18.37-39, come vedremo dai loro commenti.

La definizione di *religione* che troviamo nel dizionario è "la credenza in un dio o un gruppo di dèi", "un sistema organizzato di credenze, rituali e regole usati per adorare un dio o un gruppo di dèi", "un interesse, una credenza, o un'attività che è molto importante per una persona o un gruppo". In sé, la *religione* non ha niente a che fare con *dharma* e *vidya*, e perciò la tradizione vedica non può essere definita *semplicemente* una religione. Non dovremmo però negare all'induismo la definizione legale di religione, perché questo priverebbe gli induisti del diritto alla libertà di religione, ufficialmente riconosciuto a livello internazionale come uno dei diritti umani più importanti.

VERSO 1

अर्जुन उवाच ।

arjuna uvāca ।

ये शास्त्रविधिमुत्सृज्य यजन्ते श्रद्धयान्विताः ।

ye śāstravidhimutsṛjya yajante śraddhayānvitāḥ ।

तेषां निष्ठा तु का कृष्ण सत्त्वमाहो रजस्तमः ॥ १७-१ ॥

teṣāṃ niṣṭhā tu kā kṛṣṇa sattvamāho rajastamaḥ ॥ 17-1 ॥

arjunah: Arjuna; *uvaca:* disse; *ye:* quelli che; *sastra vidhim:* la conoscenza delle scritture; *utsrija:* abbandonando; *yajante:* adorano/ offrono sacrifici; *śraddhaya:* con fede sincera; *anvitah:* prendendo rifugio; *tesam:* di loro; *nistha:* la fede; *tu:* ma; *ka:* che

cosa (è); *krsna*: o Krishna; *sattvam*: *sattva*; *aho*: oppure; *rajah*: *rajas*; *tamah*: *tamas*.

Arjuna disse,

"Krishna, quelli che trascurano la conoscenza degli *shastra* ma si impegnano sinceramente nei rituali, prendendo rifugio in essi perché hanno fede, sono (considerati) in *sattva*, *rajas* o *tamas*?"

Arjuna aveva già fatto domande importanti come questa nei versi 2.54 (sulle caratteristiche di uno *sthita prajna*, una persona fermamente stabilita nella conoscenza) e 14.21 (sulle caratteristiche delle persone che agiscono secondo i diversi *guna*).

Il primo punto nel verso in esame (*sastra vidhi utsrija*) rispecchia il punto presentato negli ultimi versi del capitolo precedente: *yah sastra vidhim utsrija vartate kama karatah, na sa siddhim avapnoti na sukham na param gatim, tasmac chastram pramanam te karyakarya vyavasthitau, jnatva sastra vidhanoktam karma kartum iharhasi*, "Chi abbandona la conoscenza delle scritture e intraprende azioni sulla base di desideri capricciosi non otterrà la perfezione, la felicità o la destinazione suprema. Dovresti dunque compiere le tue attività in questo mondo secondo le direttive offerte dagli *shastra* su come determinare il proprio dovere." (16.23-24).

Comprendiamo quindi che le persone illuminate che seguono effettivamente gli insegnamenti degli *shastra* non verranno descritte nei versi successivi riguardanti le tendenze di *sattva*, *rajas* o *tamas*. Che tipo di fede avranno dunque? Lo spiegano gli ultimi versi del capitolo, dal 17.23 al 17.28: coloro che conoscono il Brahman (e che sono quindi chiamati *brahmana*) hanno la conoscenza dei *Veda* (2.46) e trascendono il livello dei *guna* materiali (2.45, 14.20, 14.25, 14.26). Queste anime liberate

adorano Yajna, il sacrificio stesso, come l'Anima della loro anima (Paramatma) e la Persona Suprema (Purushottama); sanno che Dio è Uno, benché appaia in molte forme e in molti nomi, e quindi non sono confusi dall'illusione della dualità. Questo è indicato dall'espressione *om tat sat*, che si riferisce all'unione (*yoga*) dell'*atman* con il *brahman* descritta in tutti i capitoli della *Bhagavad gita*.

Questo era già stato confermato nel capitolo 4: *gata sangasya muktasya jnanavasthita cetasah, yajnayacaratah karma samagram praviliyate, brahmarpanam brahma havir brahmagnau brahmana hutam, brahmaiva tena gantavyam brahma karma samadhina*, "Una persona che ha già messo fine a ogni contatto (con i *guna* materiali) e che ha stabilito fermamente la propria consapevolezza nella conoscenza, lavora in uno spirito di sacrificio. In questo modo tutto il suo *karma* viene distrutto. Lo scopo di queste azioni è trascendentale, le offerte sono trascendentali, il fuoco è trascendentale, l'atto dell'offerta è trascendentale, lo scopo da raggiungere è trascendentale e la consapevolezza è trascendentale" (4.23-24).

La fede è un primo passo importante per lo sviluppo personale, ma non è certamente sufficiente per raggiungere la destinazione suprema (*param gatim*). In sanscrito, la "fede" è definita come *sraddha* o *nistha*, dove *sraddha* è l'accettazione iniziale di una ipotesi che viene proposta, cosa necessaria per potersi impegnare nella verifica, mentre *nistha* è la ferma convinzione che si sviluppa dopo che la verifica ha dato la dimostrazione che l'ipotesi è corretta.

La fase dell'ipotesi è comune a tutti i tipi di apprendimento, perciò coloro che non riconoscono il valore universale della verità potrebbero concludere che tutte le credenze - comprese le speculazioni fantasiose non verificate e prive di fondamento - siano ugualmente valide. Questa particolare prospettiva è chiamata

relativismo, ed è condannata dalle ideologie abramiche e anche dalla tradizione vedica, ma per motivi molto diversi. Le ideologie abramiche rifiutano il relativismo perché insegnano che la loro prospettiva è l'unica verità accettabile che esclude tutte le altre in quanto falsità (*asatyam*, 16.8), mentre la tradizione vedica considera il relativismo semplicemente come una visione incompleta, che ha bisogno di essere messa in prospettiva con il Quadro Generale. Proprio come il pezzo di un rompicapo è reale in sé stesso, ma acquista il giusto significato soltanto quando viene inserito nella posizione corretta all'interno dell'immagine completa, una verità relativa che non è messa nella giusta prospettiva con tutto il resto rimane frammentaria e potrebbe venire male interpretata osservandola magari capovolta.

Un motivo ancora più serio è che il relativismo non rispetta il valore universale ed eterno dei principi etici della coscienza che chiamiamo *dharma*. Ci possono essere molti differenti modi di vivere, ma non possiamo avere un *dharma* criminale, perché un tale concetto costituisce una contraddizione in termini. *Dharma* è ciò che sostiene l'individuo e la società e l'universo in generale, perciò la violenza non necessaria, l'ignoranza e le conclusioni assurche con i comportamenti conseguenti non possono mai venire chiamati *dharma*.

Si potrebbe obiettare che gli *shastra* vengono scritti di volta in volta come presentazioni diverse a seconda di *desa* (luogo), *kala* (tempo) e *patra* (destinatari), e che possiamo comprendere adeguatamente gli *shastra* soltanto grazie alla guida qualificata di un'anima realizzata, il *guru* (4.34).

Il *guru* autentico però non si inventa insegnamenti nuovi che sono differenti da quelli presentati negli *shastra*, ma si limita a presentare i vecchi insegnamenti in una nuova confezione, che in ultima analisi va separata dal contenuto. Altrimenti potremmo trovarci nella buffa situazione dei discepoli di quell'*acharya* che

aveva messo "cestino per il gatto" nella lista degli oggetti necessari alla *puja* nel suo *ashrama*.

Questa famosa parabola è stata ripetuta da differenti maestri in versioni leggermente diverse. Un *acharya* costruì un tempio in un villaggio, ma poco dopo si accorse che la zona era infestata dai topi, perciò decise di tenere un gatto all'interno dell'*ashrama* per tenere lontano i topi ed evitare i danni che questi causano normalmente. Il gatto però era molto curioso riguardo alle cerimonie di adorazione nel tempio, e ogni volta che si celebrava l'*arati* si infilava nella stanza delle Divinità e cercava di giocare con le offerte per la *puja*. Così l'*acharya* ordinò ai suoi discepoli di chiudere il gatto in un cesto poco prima dell'inizio della cerimonia e lasciarlo uscire a cose fatte. Dopo la morte dell'*acharya*, i discepoli continuarono la tradizione e gradualmente dimenticarono il suo scopo originario; a un certo punto non c'erano più gatti nell'*ashrama* ma prima di ogni rituale il *pujari* usciva nel villaggio alla ricerca di qualche gatto randagio da mettere nel cestino - perché il gatto nel cestino era elencato tra le istruzioni dell'*acharya*.

VERSO 2

श्रीभगवानुवाच ।

śrībhagavānuvāca ।

त्रिविधा भवति श्रद्धा देहिनां सा स्वभावजा ।

trividhā bhavati śraddhā dehināṃ sā svabhāvajā ।

सात्त्विकी राजसी चैव तामसी चेति तां शृणु ॥ १७-२ ॥

sāttvikī rājasī caiva tāmasī ceti tāṃ śṛṇu ॥ 17-2 ॥

sri bhagavan: il Signore meraviglioso; *uvaca*: disse; *tri vidha*: di tre tipi; *bhavati*: diventa; *sraddha*: la fede; *dehinam*: delle anime incarnate; *sa*: quella; *sva bhava ja*: nata dalla propria natura; *sattviki*: *sattvika*; *rajasi*: *rajasika*; *ca*: e; *eva*: certamente; *tamasi*: *tamasika*; *ca*: e; *iti*: così; *tam*: quello; *srnu*: ascolta.

Il Signore meraviglioso disse,

"Le anime incarnate possono sviluppare tre tipi di fede, a seconda della loro natura che sia in *sattva*, *rajas* o *tamas*. Ascolta e te lo spiegherò.

E' detto, "Semina un pensiero, raccogli un'azione; semina un'azione, raccogli un'abitudine; semina un'abitudine, raccogli un carattere; semina un carattere, raccogli un destino".

Si tratta della meccanica della natura umana: quando facciamo la scelta di contemplare qualcosa (2.62, 6.17, 6, 7.17, 8.6, 8.14, 14.23), sviluppiamo attaccamento e desiderio per quella cosa, e ciò modella la nostra natura (*sva bhava*). In termini tecnici sanscriti, un pensiero (ciò a cui si riferisce il detto sopra riportato) è un *vasana*, e l'azione che ne deriva si chiama *karma*; a sua volta la reazione o conseguenza dell'azione va a rafforzare o modificare il *vasana* originario creando una qualità o caratteristica o *guna*, e a sua volta il *guna* ci spinge verso il rifugio di una particolare *prakriti* o natura. Infine, la *prakriti* compie l'azione (3.5, 3.27, 3.29, 3.33, 9.10, 13.21, 13.30, 18.59).

In quanto anime individuali (*jivatman*) noi non possiamo controllare individualmente la *prakriti* e i *guna*, ma possiamo scegliere dove prendere rifugio. Vediamo per esempio un aliante o una barca a vela: non possono cambiare la direzione del vento, ma possono manovrare e disporsi in modo da "prendere rifugio" nel vento giusto e venirse trasportati. Questo è il motivo per cui Madre Durga è raffigurata mentre cavalca la tigre o il leone che è il suo

vahana; entrambi questi animali sono simboli di grande forza e non sono facilmente controllabili, ma una volta che ci troviamo sulle ginocchia della Madre, in groppa al suo *vahana*, ci troveremo nel posto più sicuro possibile. Questo era indicato nel verso 9.13: *mahatmanas tu mam partha daivim prakritim asritah*, "le grandi anime prendono rifugio nella natura divina".

La natura divina è la natura di Dio. Abbiamo visto, specialmente nei capitoli 11 e 15, che Dio è la Virata Rupa, la forma dell'universo, e quindi servire l'universo è il senso del *dharma* - per ciascuno di noi secondo le nostre capacità specifiche o *sva dharma*. Ciò che chiamiamo *dharma* nella società umana viene definito come *ritam* ("legge cosmica") a livello macrocosmico, e include tutte le leggi naturali che regolano i movimenti dei pianeti e delle stelle e di tutto il resto. In quanto cellule spirituali nel corpo di Dio, noi siamo questa *prakriti* divina (7.5, 9.8); siamo *atman* e quindi parti integranti del *brahman*.

Attraverso questa consapevolezza divina possiamo raggiungere il Supremo (13.35) e funzionare perfettamente nella nostra natura. Esiste una Intelligenza e Consapevolezza suprema (*brahman*) che ci guida e ci controlla (4.6, 9.8) e ci porta attraverso il viaggio dell'evoluzione, fino alla perfezione più alta.

Tutti i viaggi iniziano con un primo passo. La prima cosa che dobbiamo fare è scoprire la posizione in cui ci troviamo attualmente, nella *daivi* o o nella *asuri prakriti*, e in relazione ai *guna*. Sotto la guida esperta del *guru* e della conoscenza scientifica degli *shastra*, chiunque può fare progressi - in modo graduale ma non necessariamente lento. Possiamo però progredire soltanto quando abbiamo compreso veramente qual è la nostra posizione attuale nel Quadro Generale, in modo che possiamo incamminarci nella direzione giusta e non semplicemente camminare in tondo senza meta.

Secondo i nostri *guna* e *karma* specifici, creati da *vasana* e *samskara*, possiamo impegnarci nei doveri e nell'addestramento (studiati scientificamente) che ci permetteranno di elevarci dai *guna* più bassi fino ai più alti, e da lì al livello trascendentale. Tutto inizia dunque dal comprendere la propria *sva bhava* o natura individuale.

Il passo successivo dalla *sva bhava* è lo *sva dharma*, cioè il particolare piano di attività (doveri) programmato per farci progredire nella nostra evoluzione individuale, per il bene dell'universo intero. Questo *sva dharma* è chiamato anche *varnashrama dharma*, perché contiene tutti i vari stadi di *sva dharma* individuali determinati dalla particolare mistura di *guna* e *karma* di ogni essere umano, come vedremo nel capitolo 18.

Specificamente, i *varna* sono programmati in modo scientifico così che in ogni fase l'individuo è incoraggiato e sostenuto nell'evolversi da *tamas* a *rajas* a *sattva* e poi a *suddha sattva*, la posizione trascendentale della consapevolezza.

Questa conoscenza non è destinata soltanto a coloro che non sono evoluti, dal momento che finché abbiamo un corpo materiale saremo soggetti al potere dei *guna*: *na tad asti prithivyam va divi devesu va punah, sattvam prakriti jair muktam yad ebhish syat tribhir gunaih*, "Non esiste nemmeno una sola persona, in questo mondo o nel mondo dei Deva, che sia libera dall'influenza dei tre *guna* creati dalla *prakriti*" (18.40). Inoltre, un *jivatma* non avrà mai il potere sufficiente a vincere la *prakriti* che consiste dei tre *guna*, a meno che non rinunci alla dualità entrando nella Coscienza suprema: *daivi hy esa guna mayi mama maya duratyaya, mam eva ye prapadyante mayam etam taranti te*, "Questa mia energia divina, che si manifesta nei tre *guna*, è molto difficile da superare ma coloro che prendono rifugio in me possono attraversare questa illusione" (7.14).

Anche se trascuriamo la conoscenza degli *shastra*, le leggi della natura continueranno a fare il loro corso. Noi siamo soggetti alla legge di gravità e agli altri meccanismi della fisica persino se non crediamo in essi o non li conosciamo; lo stesso vale per la legge del *karma*, per la transmigrazione delle anime (reincarnazione) e per il gioco dei tre *guna* della *prakriti* materiale.

Una persona che si trova sotto l'influsso di *sattva guna* farà scelte sattviche applicando le tendenze caratteristiche di *sattva* che gli sono spontanee. Per situarsi in *sattva* bisogna semplicemente mangiare alimenti sattvici, praticare abitudini sattviche nelle attività di corpo e mente, e apprezzare le qualità sattviche.

E' un sistema completamente scientifico e può essere osservato da chiunque in qualsiasi luogo, tempo e circostanza, in qualsiasi individuo e cultura; non abbiamo bisogno di credere a ciò che insegnano gli *shastra* e nemmeno di esserne a conoscenza. Dobbiamo semplicemente ascoltare la nostra coscienza - il senso etico, la sanità mentale, il buon senso, la decenza, la sincerità... in breve, la bontà.

Questa conoscenza naturale è contenuta fin dalla nascita nel cuore di tutti gli esseri umani, poiché l'Anima suprema risiede naturalmente in tutti - quelli che ci credono e quelli che non ci credono. Quando diciamo che le scritture vediche presentano Dio come *satya* e *dharma*, non intendiamo dire che ci sia un individuo molto potente che esige di essere adorato come la Verità e l'Etica suprema. Piuttosto, onoriamo e riconosciamo la Verità e l'Etica come Dio, come la somma totale di tutta l'esistenza e la coscienza. In questa verità divina includiamo tutti gli esseri, e quindi ci impegnamo al servizio di tutti gli esseri e tutte le esistenze attraverso l'espansione della nostra coscienza, eliminando i muri di cinta di dualità e separazione.

VERSO 3

सत्त्वानुरूपा सर्वस्य श्रद्धा भवति भारत ।

sattvānurūpā sarvasya śraddhā bhavati bhārata ।

श्रद्धामयोऽयं पुरुषो यो यच्छ्रद्धः स एव सः ॥ १७-३ ॥

śraddhāmayo'yaṁ puruṣo yo yacchraddhaḥ sa eva saḥ ॥ 17-3 ॥

sattva anurupa: secondo l'esistenza; *sarvasya*: di tutti; *śraddha*: la fede; *bhavati*: diventa; *bharata*: o discendente di Bharata; *śraddha mayah*: costituito da quella fede; *ayam*: questo; *purusah*: il *purusha*; *yah*: chi; *yat*: che; *śraddhah*: la fede; *sah*: lui/ lei; *eva*: certamente; *sah*: lui/ lei.

"O discendente di Bharata, ciascuno sviluppa fede a seconda del suo (particolare) modo di vita. Ciascun *purusha* è categorizzato a seconda del tipo di fede.

La fede è una cosa che sviluppiamo gradualmente, attraverso l'esperienza, le impressioni, e specialmente l'educazione e l'addestramento. *Śraddha*, la forma iniziale di fede, nasce da *sattva*, che è il fondamento della mente o del corpo sottile, chiamato anche *linga sarira*.

Tutte le varie prospettive della conoscenza vedica studiano l'anatomia e i meccanismi del corpo sottile e spiegano esattamente come usarlo. Il *purusha* è l'*atman* (l'anima), che può indossare un corpo maschile o femminile o anche un corpo neutro o androgino, ed è caratterizzato da consapevolezza e sentimenti. E' trascendentale a tutti gli elementi materiali, inclusi gli elementi sottili che lo circondano. Questo *purusha* è conosciuto anche come *cit* ("consapevolezza"), *kshetrajna* ("conoscitore del campo"), *drishta* ("osservatore"), *sakshi* ("testimone"), e *kutastha* ("immobile").

A livello macrocosmico (*samasthi*, o *para*) rispetto al livello microcosmico (chiamato *vyasthi* o *apara*), il Purusha è il Purushottama, la forma manifestata della Coscienza chiamata Brahman.

Inizialmente, il *purusha* microcosmico è "rivolto all'interno" (*antarmukha*) ed è cosciente di un desiderio o aspirazione di bontà diretto verso la propria fonte nella forma di servizio e felicità (*vimoka*). Questi sentimenti trascendentali rispecchiano i sentimenti di Isvara, e includono compassione (*daya*), non-violenza (*ahimsa*), desiderare il bene degli altri (*kalyana*), e soddisfazione (*anavasada*).

Quando questo desiderio viene distratto e si rivolge all'esterno (*bahirmukha*), il *purusha* proietta la propria attenzione verso la natura materiale, dove il *pradhana* viene attivato dal Tempo attraverso il movimento dei *guna*. Questo movimento (*vritti*) è paragonato a un'onda in uno stagno, che crea delle increspature e confonde la visione della superficie trasparente, creando sovrapposizioni (*adhyasa*) nella forma di *ahankara*, l'identificazione separata dell'ego come soggetto e beneficiario dell'azione, chiamata anche *cid abhasa* ("riflesso della coscienza"). A questo punto l'*atman* "comincia a vivere" in questo mondo e viene quindi chiamato *jivatman*. I desideri della *jiva* sono ancora buoni (*sat*), ma entrando a contatto con *rajas* sviluppa un interesse separato e uno stimolo all'azione (*kriya*); per evitare che questa tendenza si degradi ulteriormente, bisogna applicare discernimento (*viveka*), semplicità (*arjavam*), generosità (*dana*) e uno sforzo consapevole (*abhyasa*).

Il potere materiale di concentrazione del *purusha* è chiamato *citta*, ed è paragonato alla luce del sole riflessa sull'acqua. Quando è diretta verso il *paramatma*, *citta* viene solitamente definita *chaitanya* o funzione di consapevolezza dell'*atman*. In ogni caso, *citta* è il potere della memoria, immagazzinato nel *karana sarira*

(corpo causale) e conosciuto dalla psicologia occidentale come il subcosciente. Contiene l'impronta di tutte le impressioni di tutte le vite precedenti; è già influenzato dai tre *guna* e può essere diretto attraverso la *sadhana*, cioè la pratica costante e il distacco. In questo lavoro, se analizziamo le sue tendenze e riconosciamo i suoi messaggi, possiamo ottenere indicazioni su come affrontare i problemi che richiedono una soluzione - specialmente i debiti karmici, i traumi e gli attaccamenti che ancora influenzano il nostro comportamento, ostacolando la nostra evoluzione.

Il *karana sarira* (corpo causale, chiamato anche *karmasaya*) sviluppa delle funzioni per poter agire nel mondo materiale - il loro aggregato si chiama *linga sarira* (corpo sottile). Talvolta queste funzioni si sovrappongono, perciò le definizioni possono includere più di un significato, ma in generale si considera che *buddhi* (l'intelligenza, la facoltà di comprendere) è la funzione sostenuta ampiamente da *sattva guna*, e quindi può elevare e purificare la consapevolezza.

A contatto con *rajas* e *tamas*, *buddhi* diventa la "causa interiore" (*antah karana*) dell'interazione con gli elementi materiali dell'universo. A questo proposito è interessante notare che per questa *antah karana* non c'è molta differenza tra la percezione degli oggetti esteriori e la percezione degli oggetti interiori (ricordi, pensieri ed emozioni). Generalmente questa *antah karana* è descritta come "l'aggregato dei sensi interiori", che include la mente, i cinque sensi di percezione e i cinque sensi di azione. Il contatto con gli oggetti dei sensi (interiori o esteriori) che appartengono a *sattva*, *rajas* o *tamas* crea impressioni e quindi modifica la natura della consapevolezza.

Queste funzioni di modifica includono la considerazione delle conseguenze dell'azione (*sankalpa* e *vikalpa*), la riflessione (*cinta*), la decisione (*adyavasaya*, *niscaya*), l'egotismo (*abhimana*, *garva*), la memoria (*smarana*) e la percezione (*samsparsha*).

Analizzeremo questi fattori nella parte conclusiva della *Bhagavad gita* specificamente riguardo all'azione secondo i *guna*.

Poiché la mente cosmica è chiamata Hiranyagarbha ("l'Uovo d'oro", "il Feto d'oro", il Purusha avatara che è l'origine di Brahma, il creatore) possiamo comprendere che a livello di microcosmo questo è l'inizio dello sviluppo del corpo grossolano o *sthula sarira*, attraverso il procedimento chiamato *anurupa* ("seguire la forma").

VERSO 4

यजन्ते सात्त्विका देवान्यक्षरक्षांसि राजसाः ।

yajante sāttvikā devānyakṣarakṣāṁsi rājasāḥ ।

प्रेतान्भूतगणांश्चान्ये यजन्ते तामसा जनाः ॥ १७-४ ॥

pretānbhūtagaṇāṁścānye yajante tāmasā janāḥ ॥ 17-4 ॥

yajante: adorano; *sattvikah*: coloro che sono in *sattva*; *devan*: le Personalità di Dio; *yaksa*: gli *yaksha*; *raksamsi*: (e) i *rakshasa*; *rajasah*: coloro che sono in *rajas*; *pretan*: i fantasmi; *bhuta ganan*: i vari tipi di esseri; *ca*: e; *anye*: altri; *yajante*: offrono sacrifici; *tamasa janah*: le persone che sono in *tamas*.

"Le persone sattviche adorano le Personalità di Dio, quelli che sono influenzati da *rajas* adorano *rakshasa* e *yakshas*, e quelli che sono in *tamas* offrono sacrifici a fantasmi e altri tipi di esseri inferiori.

Abbiamo già detto che le anime realizzate sul livello trascendentale, che seguono lo scopo degli *shastra*, adorano la Realtà Unica di *atman/ brahman*, chiamata anche *om tat sat*.

Questo *avyakta* ("non manifestato") che è Narayana diventa manifestato in questo universo in tutte le varie forme categorizzate secondo i tre *guna* - direttamente nella dimensione di *sattva*, e indirettamente nelle dimensioni di *rajas* e *tamas*. Queste manifestazioni possono venire percepite anche senza la conoscenza degli *shastra*. Le manifestazioni sattviche di Dio in questo mondo consistono nelle molte Personalità della Coscienza suprema chiamati Deva, che sostengono l'universo incarnando le funzioni dell'esistenza. Alcuni affermano persino che il numero totale di questi aspetti di Dio ammonta a 33 milioni (poiché la Divinità universale ha innumerevoli forme percepite da differenti tipi di persone), ma non dobbiamo immaginare che vadano adorati tutti separatamente, poiché sono semplicemente aspetti differenti della stessa Persona.

Possiamo fare l'esempio di qualche persona importante nella società umana, che ha diversi ruoli in famiglia, comunità, ambiente professionale e così via. Dunque a seconda delle funzioni che manifesta, quest'unica persona avrà diversi nomi, aspetti e attività; sarà chiamato "papà", "nonno", "fratello", "figlio", "marito", "dottore", "professore", "signore" o persino "tesoro", oppure con il suo nome, cognome, soprannomi, titoli e così via. Anche il suo abbigliamento sarà diverso - per andare in sala operatoria, a una cena formale, nel giardino a zappare le aiuole, a una festa di compleanno di bambini, a nuotare e così via. Eppure, è sempre la stessa persona.

Similmente, la Coscienza suprema che chiamiamo Dio si manifesta in molte forme e con molti nomi - in modo infinitamente più grande rispetto a una comune anima incarnata, che ha seri limiti. I Deva non sono semplici astrazioni o archetipi psicologici o rappresentazioni simboliche dei poteri della natura; non sono certamente personaggi di fantasia o figure mitologiche, e nemmeno *jivatma* ordinari come pensano alcuni.

Abbiamo già discusso questo argomento commentando altri versi, perché i Deva sono menzionati molte volte (3.11, 3.12, 4.12, 4.25, 7.20, 7.23, 9.20, 9.23, 9.25, 10.2, 10.14, 11.11, 11.15, 11.22, 11.31).

Questa unità di tutti i Deva o Personalità della stessa Divinità è confermata in un famoso passaggio della *Brihad aranyaka Upanishad* (3.9.1-9) che narra la conversazione tra Yajnavalkya Rishi e Vidagdha il figlio di Sakala, che gli aveva chiesto quanti fossero i Deva. Yajnavalkya diede una serie di risposte, tutte perfettamente valide, e la conclusione definitiva indicava l'Unica suprema Realtà. L'adorazione *sattvica* dei Deva, che è raccomandata da Krishna nella *Bhagavad gita* per tutti coloro che sono impegnati in doveri regolari nella società, include sia le forme *saumya* che quelle *asaumya* ("dolci" e "feroci"), quelle *bhadra* e quelle *ugra* ("benevole" e "terrificanti") delle Personalità di Dio. Per esempio, Madre Kali, Bhairava, e anche Narasimha vengono raffigurati in entrambi gli aspetti, a seconda del particolare sentimento che manifestano.

Coloro che adorano sinceramente le forme *ugra* dei Deva si trovano dunque sul livello di *sattva*, non di *rajas* o *tamas*, e possono progredire ulteriormente studiando e praticando le istruzioni degli *shastra* chiamati *Tantra* e *Agama*. Esistono *vaishnava Tantra*, *shaiva Tantra*, e *shakta Tantra*: tutti insieme formano la base per una corretta adorazione rituale, che gradualmente porterà i devoti a realizzare la Trascendenza suprema.

Alcune persone (che solitamente si presentano come *vaishnava*) affermano che la *pancha upasana*, cioè l'adorazione delle cinque principali Personalità di Dio (Vishnu, Shiva, Durga, Surya e Ganesha) sia "impersonalista", perché tale pratica non presenta una visione monoteistica di Dio tipica delle ideologie abramiche.

Queste persone credono che Dio debba essere uno, e che se adoriamo più di una forma di Dio stiamo automaticamente negando l'esistenza di una Persona suprema. Si tratta però di una posizione stupida. Vishnu stesso, che è riconosciuto da tutte le scritture vediche e specificamente dalla *Bhagavad gita* come la somma totale di tutte le Personalità di Dio, ha molte forme - alcune delle quali appaiono drasticamente diverse tra loro. Qual è dunque "l'unico vero Dio" per i *vaishnava*? Può un *vaishnava* adorare Krishna in modo esclusivo e trascurare l'adorazione di Vishnu nei suoi vari *avatara*? E in tal caso, perché dovrebbe essere chiamato *vaishnava*?

E come può esistere una forma impersonale? La definizione stessa di forma è personale *par excellence* - e non può essere separata da nome, qualità, attività, ambiente e così via, e nessuna persona che ha un cervello funzionante potrebbe considerarla impersonale. La confusione può derivare soltanto da una mentalità materialistica che vede distinzioni materiali tra le varie forme di Dio, e quindi cerca di imporre dei limiti a Dio.

D'altra parte, ci sono parecchie persone accecate da *tamas* e convinte di essere tantrici che adorano forme *ugra* di Bhairavi e Bhairava, ma in realtà la loro adorazione viene incanalata verso i *gana* o servitori di Shakti e Shiva. Questo vale particolarmente per chi pratica i rituali per cercare di "controllare" o "usare" l'oggetto dell'adorazione per ottenere vantaggi materiali egoistici, magari con l'intenzione di fare del male ad altre persone. Nessun *jivatman* può mai controllare una Personalità di Dio (tranne che attraverso la *bhakti*, naturalmente) perché il potere di Dio è immensamente superiore al potere dei minuscoli esseri umani.

Nella loro bontà, Bhairava e Bhairavi potranno permettere allo sciocco adoratore di interagire con un *gana* che li rappresenta, e che accetta le offerte e svolge i compiti che gli vengono richiesti. In ogni caso, questa posizione è diversa e migliore rispetto alla

posizione di coloro che adorano consapevolmente e direttamente dei fantasmi per ottenere poteri materiali.

L'adorazione di *rakshasa* e *yaksha* generalmente non è molto visibile nelle tradizioni religiose, perché non ha templi veri e propri o rituali pubblici. E' molto più oscura, poiché richiede all'adoratore di causare dolore, paura e disperazione a creature innocenti, e attira direttamente la presenza di questi terrificanti *asura*, che sono capaci di prendere forme umane o qualsiasi forma desiderano, o di rimanere nascosti in forma sottile.

Molte culture nel mondo riconoscono l'esistenza di potenti stregoni, capaci di mutare forma a volontà, avidi di sangue e carne, che considerano gli esseri umani come esseri inferiori da rendere schiavi e sfruttare. Da questo bestiame umano, alcuni individui senza scrupoli che desiderano grande ricchezza e potere sui propri simili possono accettare di adorare i *rakshasa* e quindi ottengono posti di supervisore, con grandi privilegi a paragone degli altri umani. A volte offrono le proprie donne per farle fecondare da questi *rakshasa* e *yaksha*, in modo da rafforzare la propria posizione con alleanze di parentela con una discendenza ibrida considerata molto potente sia fisicamente che mentalmente. In questa categoria di adorazione dei *rakshasa* possiamo includere anche il servizio che le persone materialiste offrono a uomini potenti (re, politici eccetera) con l'intenzione di ottenere vantaggi egoistici.

L'adorazione dei fantasmi di ogni genere è ancora più popolare in molte culture, e si trova a un livello ancora più basso rispetto all'adorazione offerta agli *asura*, perché viene ispirata semplicemente da paura, cieca sottomissione, pazzia, masochismo e autodistruzione. Questo verrà spiegato nella descrizione dei differenti tipi di austerità ispirati da *sattva*, *rajas* e *tamas* (17.17-19). Possiamo dire qui che secondo la tradizione, i fantasmi o spiriti sono catalogati secondo i poteri che hanno.

Per la maggior parte gli spiriti non sono cattivi, ma semplicemente frustrati e sofferenti, attaccano solo se provocati, e se cercano di comunicare con esseri viventi lo fanno spinti dall'angoscia sperando di essere aiutati, ma si avvicinano facilmente se vengono invitati o evocati, specialmente con la presentazione di offerte (generalmente mangiano vedendo e odorando). Questi fantasmi sono conosciuti come *preta* e *bhuta*, persone che sono morte senza avere parenti che celebrassero i rituali funebri, o che sono ancora attaccate al corpo precedente e alla vita che hanno lasciato da poco. Generalmente sono legate a cimiteri o crematori, o ai luoghi dove hanno vissuto o sono morti. Gli spiriti conosciuti come *dakini* sono spesso donne che sono morte di parto o in circostanze simili; sono attratte dai bambini piccoli.

Pisacha e *pisachini* sono facilmente attratti a restare in compagnia di chi li adora e sussurrano nel suo orecchio fornendo informazioni sul presente e sul passato, specialmente su cose nascoste, ma non possono predire il futuro. *Yaksha* e *yakshini* (chiamati anche folletti, gnomi, e fate crudeli) si trovano su un livello più alto, ma sono comunque pericolosi; amano frequentare gli esseri umani e a volte hanno anche rapporti sessuali con loro, sviluppando un forte attaccamento egoistico nei loro confronti, e normalmente si vendicano se si sentono trascurati. Il tipo di spirito più potente e pericoloso è chiamato *brahma rakshasa* - di solito è il fantasma di un *sadhaka* esperto che si era degradato in qualche modo durante la vita, e non può o non vuole continuare la propria purificazione ed evoluzione. Un *brahma rakshaka* può facilmente ingannare persone ingenui fingendosi una Divinità o Personalità di Dio, e dando istruzioni o informazioni svianti e persino pericolose. Questo è il motivo per cui il 99% dei tentativi di chi vuole fare una *sadhana aghori* finisce male, e il malcapitato impazzisce e muore, unendosi così alla schiera dei fantasmi.

VERSO 5

अशास्त्रविहितं घोरं तप्यन्ते ये तपो जनाः ।

aśāstravihitam ghoram tapyante ye tapo janāḥ ।

दम्भाहंकारसंयुक्ताः कामरागबलान्विताः ॥ १७-५ ॥

dambhāhāṅkārasamyuktāḥ kāmarāgabalanvitāḥ ॥ 17-5 ॥

asastra: non seguendo le scritture; *vihitam*: prescritta; *ghoram*: orribile/ dannosa; *tapyante*: si sottomettono; *ye*: quelli che; *tapah*: austerità; *janah*: le persone; *dambha*: orgoglio; *aham kara*: egotismo; *samyuktah*: impegnati; *kama raga bala anvitah*: costretti dalla forza di lussuria e attaccamento.

"Coloro che non seguono le direttive degli *shastra* si sottomettono a pratiche terribili, per egotismo e falsa religiosità/ ipocrisia, e si impegnano (in tali attività) sotto l'impeto di lussuria e attaccamento.

Troviamo conferma nella discussione tra il re Prithu e Madre Terra: *tan anadriitya yo 'vidvan, arthan arabhate svayam, tasya vyabhicaranty artha arabdhas ca punah punah*, "Quelle persone ignoranti che mancano di rispetto alle istruzioni degli *shastra* si impegnano in molti nuovi progetti creati dalla loro mente, ma non ottengono il successo, per quante volte ci provino" (*Bhagavata Purana* 4.18.5).

Il verso che stiamo studiando è simile al verso 16.18: *ahankaram balam darpam kamam krodham ca samsritah, mam atma para dehesu pradvisanto 'bhyasuyakah*, "Prendendo rifugio in *ahankara*, forza fisica, arroganza, lussuria e collera, dimostrano invidia e odio verso di me, poiché io risiedo nel loro stesso corpo e nel corpo degli altri".

Trascurare deliberatamente gli insegnamenti degli *shastra* (*ashastra vihitam*) non è certamente un sintomo di *sattva* (bontà) e libertà dall'egotismo. Perciò le pratiche religiose che non sono sostenute dalla giusta conoscenza delle scritture cercheranno di compensare la propria debolezza impressionando le persone ignoranti e ingenui con grandi dimostrazioni di austerità e solennità. La vera motivazione di queste pratiche è il desiderio di potere, fama, adorazione e profitto - tutte considerazioni che ricadono nella categoria di lussuria e attaccamento, egotismo e arroganza.

Talvolta vediamo delle persone che fanno mostra di terribili austerità, come il rimanere distesi su un letto di spine o chiodi, o costringere le proprie membra in posizioni innaturali e atrofizzanti, e via dicendo, allo scopo di attirare sostenitori e seguaci, intimidire e impressionare le persone ordinarie e ottenere adorazione a buon mercato.

In alcuni casi estremi l'influenza di *tamas* crea squilibri mentali gravi a causa della mistura esplosiva di lussuria e attaccamento che produce una crescente frustrazione e rabbia e violenza che possono venire rivolti contro altri e persino contro sé stessi. Questo è il motivo per cui vediamo pervertiti sadici e masochisti impegnarsi in tortura, punizioni corporali, flagellazione, usando persino cilici e cinture uncinati, che causano danni al corpo e alla mente. Poiché i normali piaceri salutari sono troppo moderati per loro, hanno bisogno di stimoli più forti così che i loro sensi incrostati possano sperimentare qualche sensazione.

Si potrebbe obiettare osservando che alcune personalità straordinarie - per esempio Dhruva e Bhagiratha - riuscirono a soddisfare Dio impegnandosi sinceramente in severe austerità che richiedevano il completo controllo della posizione del corpo e astensione dal cibo. Dobbiamo comprendere che Dio fu compiaciuto dalla sincerità e dalla concentrazione con cui il devoto

stava meditando, e non dalle privazioni e sofferenze che si procurava, perché questo non è il significato dell'austerità (*tapah*).

Il termine *ghora* è particolarmente importante in questo verso, poiché trasmette i significati di "dannoso, orribile, violento". A volte vediamo una particolare categoria di *sadhu* chiamati *aghori* (conosciuti anche come *kapalika*, "portatori del teschio") che sembrano immersi in attività tamasiche - bevono da teschi, mangiano con i cani e a volte consumano carne umana e ogni genere di cosa disgustosa, vivono nei crematori, parlano in modo osceno, consumano droga, fanno sesso con cadaveri e violano tutte le regole di pulizia.

Le azioni degli *aghori* ("non orribile") però non sono mai violente e non mirano mai a soddisfare i propri sensi. Costituiscono piuttosto una specie di "corso accelerato" per ottenere il controllo completo dei sensi e il distacco da qualsiasi identificazione e associazione materiale. Non uccidono nessuno e non fanno male a nessuno, perché raccolgono teschi, ossa e carne umana dai cadaveri abbandonati e solitamente dai resti di *sadhu* e *sannyasi* che secondo la tradizione non vengono cremati, e che non soffrirebbero nel vedere il loro cadavere usato per questi scopi (seguendo l'esempio di Dadhici).

Inoltre sono gentili verso tutti gli animali e le altre creature, e mostrano un comportamento sconcertante soltanto per scuotere le persone benpensanti dalle loro illusioni e dalle loro false sicurezze. Non odiano nessuno, non disprezzano nessuno, non maltrattano nessuno, anzi di solito aiutano caritatevolmente tutti coloro che li avvicinano: curano le loro malattie assorbendo in sé le reazioni karmiche negative, proprio come il fuoco che adorano consuma ogni impurità. L'unico aiuto che rifiutano è quando si chiede loro di facilitare delle cattive azioni, come tentare di fare del male a qualcuno con la "magia nera".

Non danneggiano mai neppure il proprio corpo, né lo sottopongono a dolore o vere privazioni. Le loro pratiche sessuali sono condotte in completo distacco, tanto che un'eiaculazione incontrollata annullerebbe il valore della *sadhana*; proprio come il consumo di droghe, l'atto sessuale viene utilizzato per accedere ad un'altra dimensione di consapevolezza, che è totalmente distaccata dal corpo e dalla mente materiali. La loro consapevolezza rimane sempre chiara e sobria. Certo, non tutti quelli che affermano di essere *aghori* sono autentici, ma coloro che seguono questa via sinceramente e con conoscenza sono classificati nella categoria trascendentale, perché non sono controllati da *tamas*.

D'altra parte, coloro che compiono sacrifici animali uccidendo creature innocenti vano catalogati sotto *tamas*, sia che consumino la carne dell'animale sacrificato oppure no. Dobbiamo ricordare qui che la distorsione coloniale di interpretazione dell'*asvamedha* e *gomedha yajna* era stata progettata appositamente per presentare l'induismo e la tradizione vedica come superstizioni crudeli e barbare che meritavano soltanto di essere disprezzate e abbandonate, e persino combattute e distrutte.

Sotto *tamas* si trovano anche coloro che prescrivono pratiche di *prayascitta* (purificazione o espiazione) dolorose e dannose come il bere *ghi* bollente o piombo fuso; a questo proposito le traduzioni coloniali della *Manu smriti* e testi simili sono certamente manipolate perché si oppongono ai principi dharmici fondamentali come indica il prossimo verso con il termine *karsayanta* ("torturano").

VERSO 6

कर्षयन्तः शरीरस्थं भूतग्राममचेतसः ।

karṣayantaḥ śarīrasthaṁ bhūtagrāmamacetasah ।

मां चैवान्तःशरीरस्थं तान्विद्ध्यासुरनिश्चयान् ॥ १७-६ ॥

mām caivāntaḥśarīrasthaṁ tānviddhyāsuraniścayān ॥ 17-6 ॥

karsayantah: che causano sofferenza e danno; *sarira stham:* situato nel corpo; *bhuta gramam:* tutti gli esseri/ tutti gli elementi materiali; *acetasah:* stupidamente; *mam:* me; *ca:* e; *eva:* certamente; *antah:* dentro; *sarira stham:* che risiede nel corpo; *tan:* loro; *viddhi:* dovresti sapere; *asura:* asura; *niscayan:* certamente.

"Devi sapere che (quelle persone) sono senza dubbio asura, perché provocano stupidamente sofferenza e danno a tutti gli esseri, e anche a me, poiché io risiedo all'interno del corpo.

Nel nostro commento al verso precedente abbiamo citato: *ahankaram balam darpam kamam krodham ca samsritah, mam atma para dehesu pradisanto 'bhyasuyakah,* "Prendendo rifugio in *ahankara*, forza fisica, arroganza, lussuria e collera, dimostrano invidia e odio contro di me, poiché io risiedo nel loro stesso corpo e nel corpo degli altri" (16.18). Certamente nessuno può veramente fare del male a Dio, poiché il perfetto distacco è una delle sue caratteristiche (4.13, 7.12, 9.4, 13.15), e Krishna ci invita a sviluppare la stessa qualità (2.45, 2.56, 2.57, 6.35, 8.11, 12.11, 12.12, 12.16, 12.17, 13.10, e 15.3).

Comunque sebbene Dio, le anime realizzate/ pure e persino gli elementi materiali non vengano veramente danneggiati dal comportamento degli *asura*, è l'*asura* stesso che rimane legato dai risultati delle sue attività. L'*ahimsa* (assenza di odio) rimane perciò

il fattore cruciale nelle pratiche religiose sattviche. Durante l'intera *Bhagavad gita*, Krishna ha affermato ripetutamente che lo *yoga* e la realizzazione spirituale non possono venire separati dalla compassione e dal rispetto per tutte le creature, e dal servizio a tutti gli esseri in quanto parti del Supremo. Per comprendere meglio questo punto, dovremmo consultare anche i versi 3.24, 3.26, 4.35, 5.7, 5.18, 5.25, 5.29, 6.9, 6.29, 6.30, 6.31, 6.32, 7.6, 10.20, 11.43, 11.55, 12.4, 12.13, 12.15, 12.17, 13.3, 13.8, 13.16, 13.17, 13.18, 13.23, 13.28, 13.29, 13.31, 14.4, 15.7, 15.8, 15.13, 15.14, 15.15, 15.19, 16.2, 16.3, 16.18, 17.14, 17.19, 18.46, 18.54, e 18.61.

Questa istruzione si trova anche alla conclusione della *lila* di Krishna su questo pianeta, mentre lascia il proprio testamento spirituale al grande devoto Uddhava: *ahimsa satyam asteyam, akama-krodha-lobhata, bhuta priya hiteha ca, dharmo ayam sarva varnikah*, "Questo è il *dharma* per tutti i *varna*: libertà dall'odio, veridicità, onestà, libertà dalla mistura di lussuria collera e avidità, e il lavoro per il bene di tutti gli esseri" (*Bhagavata Purana* 11.17.21).

La stessa raccomandazione essenziale venne offerta al più grande sovrano dei tempi antichi, Prithu, un *avatara* diretto di Vishnu, dal famoso Sanat kumara (figlio diretto di Brahma) come il principio fondamentale per governare la società.

Questi quattro versi (17.5, 17.6, 17.19 e 16.18) stabiliscono chiaramente i parametri per verificare se una religione è autentica oppure no. Soltanto gli stupidi (*mudha*, 17.19) o le persone che non hanno altra scelta (perché costrette, ricattate, e così via) si impegneranno in queste religioni adharmiche.

Le austerità e le pratiche religiose tamasiche sono dannose e basate sull'odio, tese a procurare spargimento di sangue e dolore come forma di punizione; questo è tipico degli *asura*. Se ci capitasse di trovare nelle scritture induiste qualche passaggio che sembra

sostenere conclusioni e principi asurici o tamasici, dobbiamo considerare che ci sia stata una manomissione o falsificazione, perché le scritture vediche autentiche non possono mai sostenere l'*adharma*. Questo è confermato alla fine di questo verso: *asuran niscayan*, queste persone e pratiche sono "senza dubbio asuriche".

D'altra parte ci sono delle austerità o pratiche religiose che sembrano dolorose all'inizio, ma portano salute e felicità, come spiegano i versi dal 18.36 al 18.39. Queste austerità benefiche sono certamente influenzate da *sattva*, perché sono intese a sviluppare buone abitudini - per fare qualche esempio, lavarsi regolarmente, mangiare alimenti adatti, seguire un programma sano di lavoro e riposo, e controllare le richieste dei sensi e della mente.

Un altro significato importante nel verso viene indicato dalla seconda interpretazione del termine *bhuta*, che si riferisce agli elementi o esseri elementali, e non soltanto agli esseri viventi. Questo significato è collegato a un altro punto presentato da Krishna nel capitolo precedente: *asatyam apratistham te jagad ahur anisvaram, aparaspara sambhutam kim anyat kama haitukam*, "Affermano che l'universo è falso e temporaneo, che Dio non esiste e che non c'è una creazione basata su causa ed effetto. Per loro, l'unica ragione dell'esistenza del mondo è la semplice gratificazione dei sensi" (16.8).

Come abbiamo già commentato nel capitolo che descrive la Virata Rupa, l'universo materiale, gli elementi materiali e la natura materiale in generale sono una manifestazione diretta di Dio e devono essere rispettati. Il Paramatma è presente nel cuore di tutti gli esseri - degli esseri viventi e anche in tutti gli atomi degli elementi materiali, e nello spazio tra gli atomi.

VERSO 7

आहारस्त्वपि सर्वस्य त्रिविधो भवति प्रियः ।

āhārastvapi sarvasya trividho bhavati priyaḥ ।

यज्ञस्तपस्तथा दानं तेषां भेदमिमं शृणु ॥ १७-७ ॥

yajñastapastathā dānaṁ teṣāṁ bhedamimaṁ śṛṇu ॥ 17-7 ॥

aharah: alimenti; *tu*: ma; *api*: anche; *sarvasya*: di tutti; *tri vidhah*: tre tipi; *bhavati*: diventa; *priyah*: desiderato; *yajnah*: sacrificio rituale; *tapah*: austerità; *tatha*: anche; *danam*: carità; *tesam*: in loro; *bhedam*: la differenza; *imam*: questa; *srnu*: ascolta.

"Anche il cibo è suddiviso in tre tipi, come sono tutte le cose desiderate (dalle persone), i sacrifici rituali, le austerità e la carità. Ascolta, ti spiego queste differenti categorie.

Gli alimenti sono cari (*priya*), perché il cibo è la prima e fondamentale realtà dell'esistenza per tutti gli esseri. Il cibo è la base per gli *yajna*, poiché nessun rituale religioso può avere successo senza l'offerta di cibo (come oblazioni di burro chiarificato, cereali, frutta, erbe, succo di *soma* eccetera) e la distribuzione di *prasada* (1.42, 17.13).

Questi *yajna* sono obbligatori per tutte le persone di famiglia - se non ogni giorno, almeno una volta al mese per *sankranti* o *purnima*, o magari una volta all'anno per Makara *sankranti*. Impegnandoci nello *yajna* abbiamo la possibilità di eseguire *tapah* (austerità) autentica, e *dana* (carità) autentica ne risulta automaticamente. Perciò questo capitolo è basato in realtà sul cibo.

Il termine *ahara* include non soltanto gli alimenti solidi, ma anche le bevande e tutte le altre sostanze che assorbiamo nel nostro corpo per costruire i tessuti grossolani e sottili del nostro veicolo e strumento per vivere e lavorare in questo mondo. Alcuni dicono,

"tu sei quello che mangi", e certamente c'è molta verità in tale affermazione. Il corpo materiale, *sthula sarira*, è chiamato anche *annamaya kosa*, o "copertura fatta di cibo".

Nella *Chandogya Upanishad* Uddala Aruni istruisce il figlio Svetaketu su come il cibo che consumiamo costruisce non soltanto i tessuti del nostro corpo, ma anche la nostra mente: *annamayam hi saumya manah*, "Mio caro ragazzo, la mente è fatta di cibo" (*Chandogya Upanishad* 6.5). La sostanza degli alimenti è composta da tre elementi: la componente più grossolana viene usata per costruire i tessuti duri come ossa, denti, capelli, unghie eccetera; il materiale in eccesso viene eliminato come escrementi e durante il procedimento porta via tutte le altre impurità dall'organismo. La componente nutritiva diventa carne e sangue (e altri fluidi corporei), mentre la componente sottile diventa respiro (*prana*), sostanza mentale (*manas*) e parola (*vak*), un po' come il burro viene prodotto frullando lo yogurt (*annam asitam tridha vidhiyate, tasya yah sthavistho dhatus tat purisam bhavati, yo madhyamas tan mamsam, yo 'nisthas tan manah, dadhnah saumya mathyamanasa yo 'nima sa urdhvah samudishati, tat sarpir bhavati, evam eva khalu, saumya annasyasyamanasya yo 'nima sa urdhvah samudishati tan mano bhavati, Chandogya Upanishad* 6.6).

Per illustrare l'importanza religiosa dell'alimentazione, Uddala Aruni chiese a suo figlio di fare un esperimento astenendosi dal cibo per 15 giorni, pur continuando a bere acqua per mantenere i *prana* (*sodasa kalah saumya purusah pancadasahani masih kamam apah piba, apomayah prano na pibato vicchetsyata iti*). Al termine del periodo di digiuno, Svetaketu scoprì che gli era molto difficile ricordare i versi delle *samhita* vediche, perché il fuoco della mente si era ridotto a una piccola brace. Dopo aver mangiato qualcosa, sentì tornare la felicità e la forza mentale (*sa hasa, atha hainam upasasada, tam ha yat kim ca papraccha sarvam ha*

pratipade). Fu così che poté comprendere il significato del cibo (*Chandogya Upanishad* 7.1-3).

Nella *Taittiriya Upanishad* (Brighu valli), Varuna parla con suo figlio Brighu, dandogli il famoso aforisma *annam parabrahma svarupam*, "il cibo è lo stesso Brahman". Varuna disse, "Cibo, *prana*, vista, udito, mente e parola sono i mezzi attraverso i quali è possibile conoscere il Brahman (3.1.1). Non bisogna mai mancare di rispetto al cibo, perché il *prana* è cibo, e il corpo consuma cibo per nutrire il *prana*; perciò sia il corpo che il *prana* sono fatti di cibo (3.7.2). Bisogna osservare il voto/ prendersi la responsabilità di non sprecare mai il cibo (3.8.1). Bisogna osservare il voto/ prendersi la responsabilità di produrre cibo in abbondanza (*annam bahu kurvita, tad vratam*, 3.9.1). Il cibo è prosperità. Bisogna osservare il voto/ prendersi la responsabilità di dare cibo a chiunque lo chieda, e poiché da giovani abbiamo rispettosamente offerto cibo cucinato, nella nostra vecchiaia otterremo rispetto e cibo cucinato (3.10.1). Il *Sama Veda* dice, "Io sono il cibo, sono colui che consuma il cibo... Chi mi offre come cibo protegge la mia esistenza. Benché io sia cibo, divoro coloro che consumano cibo senza prima offrirlo" (3.10.6). Questa offerta si riferisce sia allo *yajna* che alla distribuzione.

Un'altra affermazione importante nella *Taittiriya Upanishad* è, *annad vai praja prajayante, yah kas ca prithivim asrita atho annenaiva jivanti, atha ened apy antyantatah*, "Dal cibo tutti gli esseri viventi nascono su questa terra, vivono grazie al cibo e alla fine rientrano nel cibo/ ritornano ad essere cibo" (Brahmananda valli, 2.2.1). L'invocazione della *Taittiriya Upanishad* dice, *sahana bhavatu, sana nau bhunaktu, saha viryam karavahai, tejasvi navadhitamastu ma vidvishavahai*, "Che possiamo diventare uniti, che possiamo essere nutriti insieme, che possiamo camminare coraggiosamente insieme ed essere illuminati insieme. Che non ci sia mai divisione tra noi dovuta a litigi o egoismo". Nel secondo capitolo troviamo il verso seguente: "Tutti gli esseri di questa terra nascono dal cibo, vivono di cibo e tornano ad essere cibo. Il cibo è stato creato prima che nascessero le creature, perciò è considerato

la medicina suprema. Coloro che onorano il cibo come Brahman ottengono abbondanza di cibo. Poiché il cibo esiste prima delle creature ed è medicina per tutti, tutte le creature nascono dal cibo e crescono dal cibo. Il cibo viene mangiato e mangia le creature, perciò viene chiamato *ahara*, 'mangiare'" (2.2.1). Abbiamo già visto questo concetto nel capitolo della *Bhagavad gita* che parla degli *yajna*: *annad bhavanti bhutani* (3.14). La *Prasna Upanishad* afferma che "il cibo è Prajapati" (1.14); inizia dicendo che Prajapati (Brahma) meditava sul creare una discendenza, e generò Anna e Prana (il cibo e l'aria vitale), e questi produssero tutti i tipi di creature (1.4).

Nella *Brihad aranyaka Upanishad* (1.4.7) troviamo questa affermazione: "Tutti i Deva sono proiezioni del Purusha. Questo intero universo può venire ridotto agli elementi fondamentali - il cibo e il *prana* che consuma il cibo. L'energia vitale prende diversi nomi a seconda delle sue funzioni, ma dobbiamo seguirne le tracce scoprendo che è l'*atman*" (1.4.7).

VERSO 8

आयुःसत्त्वबलारोग्यसुखप्रीतिविवर्धनाः ।

āyuhṣattvabalārogyasukhaprītivivardhanāḥ ।

रस्याः स्निग्धाः स्थिरा हृद्या आहाराः सात्त्विकप्रियाः ॥ १७-८ ॥

rasyāḥ snigdhaḥ sthīrā hṛdyā āhārāḥ sāttvikapriyāḥ ॥ 17-8 ॥

ayuh: (durata e forza di) vita; *sattva*: *sattva*; *bala*: forza; *arogya*: salute; *sukha*: felicità; *priti*: piacere; *vivardhanah*: che accrescono; *rasyah*: succosi/ dolci; *snigdhaḥ*: grassi; *sthira*: sostanziosi; *hrdyah*: soddisfacenti; *aharah*: alimenti; *sattvika priyah*: preferiti dalle persone in *sattva guna*.

"Gli alimenti preferiti dalle persone che amano *sattva* sono succosi/ dolci, grassi, sostanziosi e soddisfacenti, e accrescono piacere, felicità, salute, forza, bontà e longevità.

Krishna diede istruzioni sul cibo anche a Uddhava: *pathyam putam anayastam, aharyam sattvika smritam, rajasam cendriya prestham, tamasam cartidasuci*, "Il cibo che è benefico, puro, ottenuto senza troppa difficoltà, è cibo sattvico. Il cibo che dà un forte impatto sui sensi è rajasico, e il cibo che è impuro e crea sofferenza è tamasico" (*Bhagavata Purana*, 11.25.28).

Il cibo buono è pieno di vita (*ayuh*): questo si riferisce all'effetto sul corpo e sulla mente, ma anche ai sintomi che possiamo osservare negli ingredienti stessi. In altre parole, il buon cibo è fresco e consiste specialmente di frutta e verdura raccolti recentemente e consumati possibilmente senza cucinarli (crudi) per avere il massimo di vitamine, enzimi e altri elementi volatili che sostengono una dieta migliore. I cereali possono venire consumati come germogli che non richiedono cottura, ma anche quando vengono preparati come piatto forte, bolliti o al vapore, come carboidrati composti (riso, frumento, orzo, e così via) non dovrebbero essere cucinati troppo a lungo o conservati troppo a lungo prima di essere consumati. I cereali appena cucinati sono molto più buoni e sani. Inoltre i cereali integrali sono meglio dei cereali raffinati, ai quali è stato tolto il germe.

Il buon cibo dà forza (*bala*), e questo è il modo di riconoscere immediatamente la qualità del cibo che abbiamo consumato: dopo mangiato dovremmo sentirci più forti, non più deboli o assonnati. La parola *ristorante* deriva da "restaurare" le energie e la forza. Gli alimenti buoni sono benefici per la salute in generale (*arogya*), poiché la maggior parte del nostro sistema immunitario si trova nell'apparato digerente. Abbiamo anche bisogno di imparare le giuste combinazioni di ingredienti, e come consumarli a seconda del tempo (momento della giornata o dell'anno, come *kala*), del

luogo (clima, circostanze ambientali, come *desa*) e della nostra specifica *tri-dosa prakriti* (natura fisica individuale, come *patra*).

Il buon cibo dà felicità (*sukha*), poiché ci fa sentire bene non soltanto fisicamente ma anche mentalmente. Questo concetto è collegato anche alla qualità successiva, "piacevole" (*priti*); quando il cibo risulta attraente, il nostro corpo produce più facilmente gli enzimi che facilitano la digestione. E' possibile notarlo immediatamente perché si produce salivazione, e le ghiandole salivari nella bocca sono la prima e principale fonte di enzimi autoprodotti. Il cibo è attraente per noi a causa delle nostre particolari preferenze e anche per le sue caratteristiche gradevoli di odore, aspetto visivo, consistenza, gusto - perciò non bisogna mai sottovalutare l'arte della cucina, in quanto il buon cibo e la buona digestione sostengono non solo la nostra salute fisica, ma anche la nostra salute mentale e il nostro sviluppo spirituale. Un altro fattore molto importante nell'alimentazione è la varietà; consumando una ampia gamma di prodotti freschi stagionali agroforestali siamo sicuri di consumare una quantità adeguata dei vari elementi nutritivi e proprietà medicinali. Anche la varietà nella preparazione e presentazione rende il cibo più attraente (*sukha, priti*), e dunque più sattvico.

Il cibo buono è succoso e dolce (*rasya*), grasso (*snigdha*), e in quanto tale soddisfa il cuore (*hridaya*) ed è sostanzioso (*sthira*); questo significa inoltre che i suoi effetti benefici durano più a lungo. I cibi succosi contengono più vitamine e minerali; non sono necessariamente acquosi, anche se lo erano in origine (come lo zucchero che originariamente era succo di canna). Una certa quantità di grasso è necessaria per il giusto funzionamento del cervello, che è composto di grassi per una considerevole percentuale del suo peso.

Per spiegare queste qualità del cibo sattvico, possiamo dire che (per esempio) *rasya* è zucchero; quando lo zucchero viene

mescolato con la panna del latte, abbiamo una mistura di *rasya* e *snigdha*. Quando *rasya* e *snigdha* vengono arricchiti di *sthira* (cioè resi più sostanziosi) abbiamo i dolci di latte. Per fare un altro esempio, possiamo considerare una ricetta salata: per l'equilibrio perfetto di un piatto sattvico abbiamo bisogno di verdure succose, un po' di grasso e alcuni ingredienti sostanziosi come legumi o cereali.

Una delle preparazioni sattviche più famose è chiamata *charu* (conosciuta anche come *payasa*); consiste di riso bollito nel latte con l'aggiunta di un po' di zucchero e burro chiarificato. Il latte e i latticini (come lo yogurt, il burro, il burro chiarificato, il formaggio fresco e così via) sono considerati sattvici, ma non devono comportare sofferenze per gli animali e vanno raccolti e preparati con la massima attenzione per pulizia e purezza. I prodotti del latte che sono contaminati da sangue, pus, sostanze chimiche o comunque inquinanti, e/ o sono stati ottenuti maltrattando gli animali non sono più veicoli di *sattva* ma di *tamas* e *rajas*, e possono avere effetti negativi anche sulla nostra salute.

Non dobbiamo però cadere nella conclusione errata secondo la quale il latte in sé sarebbe cattivo: è come dire che l'idea stessa di fare il bagno in un fiume è cattiva, contaminante o malsana perché i fiumi attorno a noi sono inquinati. Il concetto di fare il bagno nel fiume è ottimo in sé stesso, perché originariamente o normalmente i fiumi sono corsi d'acqua pulita, fresca e potabile, e la loro corrente viva ha l'effetto di purificare e dare energia a corpo e mente. Fino a 20 o 30 anni fa la maggioranza dei fiumi sul pianeta erano ancora puliti abbastanza da poterci fare il bagno - l'esempio più brillante è il sacro fiume Yamuna che passa attraverso Mathura e Vrindavana, e che oggi è così inquinato che le sue acque sono state dichiarate inadatte persino per l'irrigazione agricola. E' vero che le cose possono venire inquinate temporaneamente, e che in questo momento il pianeta si trova ad affrontare un'emergenza

grave, ma la situazione è soltanto applicabile a una piccola frazione del tempo e non cambia la natura eterna ontologica delle cose - piuttosto la ricopre. La stessa cosa si applica al latte e ai latticini freschi.

Oltre a riso, orzo e frumento, frutta e bacche, noci, zucchero, miele e latticini, gli ingredienti che accrescono specificamente *sattva* sono il sesamo, il *mung dal* (fagioli di soia verde), il *chana dal* (ceci piccoli), tutte le verdure a foglie e le erbe medicinali, come anche la maggior parte delle altre verdure, compresi jackfruit, cetrioli, melanzane, banane verdi, zucche di vari tipi, *bhindi* (okra) e così via. Alle vecchie liste possiamo anche aggiungere verdure "straniere" come granturco (mais), pomodori, peperoni, avocado, fagiolini, sedano, asparagi, finocchio, e così via. Le radici e i tuberi commestibili come patate, carote, yam, barbabietole e così via vengono generalmente considerati *sattvici* e adatti ai giorni di digiuno, anche se alcuni credono che siano *tamasici* perché per raccogliarli bisogna uccidere l'intera pianta (con l'eccezione delle patate).

Per elevare gli alimenti *sattvici* al livello di *suddha sattva*, *yogi* e *brahmana* ricordano l'*om tat sat*, cantando o recitando *mantra* o *stuti* che sono appropriati per la situazione. Uno dei più popolari tra gli induisti tradizionali è il verso 4.24 della *Bhagavad gita*: *brahmarpanam brahma havir brahmagnau brahmana hutam, brahmaiva tena gantavyam brahma karma samadhina*, "Lo scopo è trascendentale, le offerte sono trascendentali, il fuoco è trascendentale, l'atto dell'offerta è trascendentale, lo scopo da raggiungere è trascendentale, e la consapevolezza è trascendentale."

Molti induisti tradizionali rivolgono preghiere al cibo stesso come alla forma della Dea Madre Annapurna: *annapurne sadapurne, sankara prana vallabhe, jnana vairagya siddhy artham, bhiksam dehi ca parvati*, "O Devi Parvati, tu sei la pienezza del cibo, la

prosperità eterna, e l'amata di Shiva. Ti prego, fammi la carità di stabilirmi nella perfezione di conoscenza e rinuncia."

L'offerta del cibo può essere compiuta in diversi modi: il più popolare tra gli induisti tradizionali è ispirato alla *Chandogya Upanishad*: "La prima oblazione è *om pranaya svaha*, per nutrire il *prana*, e con esso l'occhio, il sole, il cielo, e tutto ciò che esiste sotto il cielo compresa la persona che mangia. La seconda oblazione è *om vyanaya svaha*, per nutrire il senso dell'udito, la luna, le direzioni, e tutto ciò che esiste nelle quattro direzioni, compresa la persona che mangia. La terza oblazione è *om apanaya svaha*, per nutrire il fuoco, la terra e tutto ciò che è governato da fuoco e terra, compresa la persona che mangia. La quarta oblazione è *om samanaya svaha*, per nutrire la mente, Indra (Parjanya), il fulmine e tutto ciò che esiste sotto di loro, compresa la persona che mangia. La quinta oblazione è *om udanaya svaha*, per nutrire la pelle, l'aria e lo spazio (eterico) e tutto ciò che esiste nello spazio, compresa la persona che mangia" (*Chandogya Upanishad*, 5.20.1-2, 5.21.1-2, 5.22.1-2, 5.23.1-2). A questi, il *mantra brahmane svaha* (equivalente a *om tat sat*) viene generalmente aggiunto per collegare *prana* direttamente con *atman* e *brahman*.

Un altro importante insegnamento dalla *Chandogya Upanishad* illustra l'importanza della purezza degli alimenti: *ahara suddhau sattva suddhah sattva-suddhau dhruva smrtih smrti lambhe sarva granthinam vipramoksah*, "quando il cibo è puro, la mente e l'esistenza diventano pure anch'esse, la memoria si rafforza, i nodi del cuore si sciolgono e si ottiene la liberazione" (7.26.2).

Questa purezza è assicurata dall'acquisizione non-violenta e dalla purezza naturale degli ingredienti, ma anche dal livello della nostra consapevolezza mentre consumiamo il cibo. Dovremmo mangiare in modo consapevole, masticando attentamente, apprezzando le buone qualità del cibo, riconoscendo per tutto il lavoro che è stato investito nella sua produzione e preparazione.

VERSO 9

कट्वम्ललवणात्युष्णतीक्ष्णरूक्षविदाहिनः ।

kaṭvamlalavaṇātyuṣṇatīkṣṇarūkṣavidāhinaḥ ।

आहारा राजसस्येष्टा दुःखशोकामयप्रदाः ॥ १७-९ ॥

āhārā rājasasyeṣṭā duḥkhaśokāmayapradāḥ ॥ 17-9 ॥

katu: amaro; *amla*: acido; *lavana*: salato; *ati usna*: molto caldo; *tiksna*: pungente; *rukṣa*: secco; *vidahinah*: bruciante/ piccante; *aharah*: cibo; *rajasasya*: di chi è in *rajas*; *ista*: desiderato; *duhkha*: sofferenza; *soka*: ansietà mentale; *amaya*: malattia; *pradah*: che dà.

"Il cibo desiderato da coloro che appartengono a *rajas* causa disagio, ansietà mentale e dolore, ed è piccante, secco, pungente, molto salato, acido e amaro.

Il sistema vedico di catalogare gli alimenti si basa sul gusto e sugli effetti che hanno sul corpo. Tipicamente, gli alimenti rajasici provocano assuefazione, ma la prima volta che li assaggiamo proviamo una sensazione dolorosa o spiacevole, come il bruciore (*vidahina*) o qualche altra forma di disagio nella lingua e persino nei denti, se non nella gola o nello stomaco. Questo non significa che siano malsani, poiché in effetti molti ingredienti rajasici hanno proprietà medicinali, come i *karela*, le foglie di *nim*, i limoni e gli altri agrumi, l'*amalaki* (o *amla*), lo yogurt, il tamarindo, il *muli* (chiamato anche daikon), le verdure della famiglia delle crocifere (cavolfiore, cavolo eccetera), cipolla, aglio, aceto, melassa nera, zenzero, *hing* (asafetida), peperoncini e tutte le spezie piccanti, come anche il tè e il caffè e altri stimolanti come tabacco, betel, foglie di coca, e anche alcolici. Se consumati in quantità moderata e nel modo giusto, al momento appropriato, questi ingredienti

stimolano il fuoco di *rajas* nel corpo e nella mente, accelerando la digestione e il metabolismo e persino bruciando impurità e combattendo le malattie. Se invece sono consumati in modo eccessivo (*ati*), portano squilibrio al corpo e creano ansietà e dolore.

La parola *amaya* deriva da *ama* (con la prima *a* lunga), che significa "immaturo, crudo, non cotto (come per i recipienti di argilla)", ma anche "causa di malattia" e più specificamente, "causa di stitichezza". E' risaputo che le sostanze astringenti possono prosciugare il contenuto dell'intestino e rendere l'evacuazione più difficile. Anche le spezie piccanti possono danneggiare intestino e stomaco, e causare emorroidi e problemi simili. Le verdure pungenti come cipolle e aglio lasciano residui pesanti nel corpo, che possono venire facilmente percepite dall'odore e che appesantiscono l'attività mentale, annebbiando la visione dell'intelligenza. Inoltre, *ama* è un termine usato nell'*Ayur Veda* per indicare il residuo non digerito che rimane nello stomaco e che produce tossine marcendo e contaminando il cibo ingerito successivamente. Perciò l'*Ayur Veda* raccomanda caldamente di mangiare soltanto dopo che il pasto precedente è stato digerito completamente.

Un altro gruppo di alimenti rajasici sono le preparazioni secche e salate che vengono spesso usate come snack o stimolanti dell'appetito, come i cibi fritti (patatine, *pakora*, eccetera), quelli arrostiti a secco (specialmente cereali e noci), legumi fortemente proteici (come *urad dal* eccetera), cibi conservati sotto sale o sotto aceto (olive, limoni eccetera), e cibi piccanti di ogni genere. A paragone, i cibi sattvici sono dolci e rinfrescanti, e rallentano il metabolismo. Contrariamente a ciò che molti credono, lo scopo dell'alimentazione yogica non è stimolare il metabolismo, ma rallentarlo in modo che sia necessaria una quantità minore di cibo per mantenere il corpo forte e attivo. Gli alimenti sattvici non

devono essere consumati in grande quantità, perché le persone sattviche sono capaci di controllare i sensi e hanno vinto avidità e lussuria per la gratificazione dei sensi. Come sempre, un eccesso incontrollato di *sattva* ci fa scivolare direttamente in *tamas*, così vediamo che i cibi sattvici consumati in eccesso appesantiscono corpo e mente, producono sonnolenza e indigestione, e in ultima analisi malattia e sofferenza.

D'altra parte i cibi rajasici innalzano il metabolismo e stimolano la lussuria e il desiderio di gratificazione dei sensi; le persone che vogliono "perdere peso" li troveranno molto utili. Stimolando così un aumento delle attività del corpo (tutte le attività sono controllate da *rajas*) si provoca uno spostamento della consapevolezza verso il livello più basso di identificazione con il corpo materiale e l'attaccamento ai possessi materiali e alle posizioni, poiché tutto questo tende ad ancorare le arie vitali ai *chakra* inferiori (sopravvivenza e gratificazione). Questo è il motivo per cui gli *yogi* e i devoti non devono consumare questi alimenti; in particolare cipolla e aglio sono considerati i più potenti nell'abbassare la coscienza spirituale tra tutti gli ingredienti vegetariani, e molti spiritualisti se ne astengono, specialmente nei giorni di digiuno.

Dovremmo ricordare ciò che Krishna ha detto nei versi 14.7 e 14.9 a proposito di *rajas*. Ecco la descrizione degli effetti dei tre *guna*: *tatra sattvam nirmalatvat prakasakam anamayam, sukha sangena badhnati jnana sangena canagha*, "O Arjuna, il contatto con *sattva* lega a purezza, illuminazione, libertà dai difetti, felicità e conoscenza" (14.6.), *rajo ragatmakam viddhi trisna sanga samudbhavam, tan nibadhnati kaunteya karma sangena dehinam*, "Devi sapere che il contatto con *rajas* sviluppa attaccamento e avidità che legano gli esseri incarnati all'azione" (14.7), *tamas tv ajnana jam viddhi mohanam sarva dehinam, pramadasya nidrabhis tan nibadhnati bhārata*, "Devi anche sapere che *tamas*

causa l'ignoranza e le sue conseguenze, come la confusione, la pazzia, la pigrizia e il sonno eccessivo" (14.8).

VERSO 10

यातयामं गतरसं पूति पर्युषितं च यत् ।

yātayāmaṁ gatarasaṁ pūti paryuṣitaṁ ca yat ।

उच्छिष्टमपि चामेध्यं भोजनं तामसप्रियम् ॥ १७-१० ॥

ucchiṣṭamapi cāmedhyaṁ bhojanaṁ tāmasapriyam ॥ 17-10 ॥

yata yamam: raffermo; *gata rasam*: seccato; *puti*: puzzolente; *paryusitam*: decomposto; *ca*: e; *yat*: che; *ucchistam*: avanzi lasciati da altri; *api*: anche; *ca*: e; *amedhyam*: impuro; *bhojanam*: mangiare; *tamasa priyam*: preferito da coloro che sono in ignoranza.

"Gli alimenti preferiti dalle persone in *tamas* sono impuri, come gli avanzi del piatto altrui, o il cibo raffermo, disseccato, decomposto e puzzolente.

Dobbiamo ricordare qui che l'influenza dei *guna* funziona in entrambi i sensi - le persone che sono già immerse in *tamas* sono attratte da questi alimenti, e l'abitudine di consumarli porta una maggiore influenza di *tamas* nella nostra vita. Non dobbiamo però dimenticare che sprecare cibo è un difetto molto grave, e che bisogna rispettare il cibo come manifestazione del Brahman stesso. Limitarsi a buttare gli avanzi nella spazzatura non costituisce la soluzione al problema del *tamas* inerente al consumare gli avanzi.

La tradizione vedica dà grande importanza e pulizia e igiene, sia per la salute fisica che per quella mentale, e dimostra una profonda comprensione degli effetti del cibo a tutti i livelli. La parola

ucchista, "avanzi", si riferisce al fatto che la bocca di una persona (anche di persone relativamente sane) contiene un gran numero di batteri e quindi il cibo che è già stato a contatto con la bocca di qualcuno, direttamente o indirettamente (attraverso il contatto con dita o posate che sono state in bocca) trasporta potenzialmente i germi di molte malattie. Inoltre, a un livello sottile, il cibo che è stato in contatto così intimo con una persona assorbe le sue energie e le trasmette a chi lo consuma. Se gli avanzi provengono da una personalità spirituale molto elevata, questo trasferimento di energia sarà a nostro vantaggio, ma di solito si tratta di una situazione estremamente rara, perciò è meglio non rischiare consumando avanzi.

L'espressione *yata yaman* significa "andato a male", e si riferisce al cibo che è rimasto in giro per troppo tempo; nei climi caldi e senza refrigerazione le preparazioni cucinate possono andare a male velocemente - di solito il limite è di 3 ore. *Yata yaman* può riferirsi anche ad alimenti che sono stati danneggiati durante la preparazione - bruciati, raggrumati, cagliati per errore, oppure conditi con troppo sale, o composti da ingredienti incompatibili, oppure cucinati male con una tecnica difettosa. Questo produce un gusto e/ o un aroma sgradevoli e un aspetto poco ispirante. I cibi troppo cotti appartengono a questa categoria, in quanto è quasi impossibile riconoscere gli ingredienti originali: tutto ha lo stesso aspetto e lo stesso sapore, o nessun sapore. Anche l'uso eccessivo di spezie e grassi (specialmente l'olio di mostarda) copre il gusto degli ingredienti e rovina il piatto, manifestando così due caratteristiche primarie di *tamas*.

Quando i cereali o le verdure cotti sono vecchi, si seccano e diventano duri (*gata rasam*) o cominciano a fermentare (*pariyusitam*) ed emanano un odore sgradevole (*puti*). Questo include tutti i tipi di bevande alcoliche fermentate - vino, birra, liquori (persino quelli distillati) e infatti vediamo che il loro

consumo annebbia la consapevolezza, favorendo ignoranza, pigrizia, sonno, confusione e pazzia. In quegli individui che hanno già una tendenza a *tamas*, il consumo di alcolici può causare anche violenza e comportamenti distruttivi.

In alcune culture la gente ha imparato a conservare il cibo essiccandolo e fermentandolo, con lo sviluppo di metodi accuratamente controllati che mantengono gli alimenti all'interno dei limiti della commestibilità. In questa categoria abbiamo i formaggi fermentati (puzzolenti e ammuffiti), i crauti e altre conserve di verdure ottenute con la fermentazione lattica - per rimanere nel campo degli ingredienti vegetariani.

Gli ingredienti non-vegetariani conservati con essiccamento e fermentazione sono ancora più decomposti e puzzolenti, come per esempio le varie versioni di salsa di pesce, le "uova verdi" (invecchiate per molti giorni), la carne essiccata, e altre cose simili. Alcuni mangiano persino insetti (di terra o di mare) che vivono normalmente di spazzatura e impurità, e quindi sono molto utili in natura perché ripuliscono l'ambiente. Questo include anche i cosiddetti "frutti di mare", un particolare tipo di insetti che non camminano.

Carne, pesce e uova sono cibi impuri per natura, poiché si decompongono più velocemente rispetto agli alimenti vegetariani. Per questo motivo gli animali carnivori hanno un intestino molto corto (3 volte la lunghezza del loro corpo, per poter espellere velocemente i resti di ciò che mangiano) e gli esseri umani che mangiano regolarmente cibi non-vegetariani hanno una maggiore incidenza di casi di cancro al colon e malattie simili. Negli esseri umani, la lunghezza dell'intestino è 12 volte la lunghezza del corpo, e la concentrazione di acido prodotto dallo stomaco è soltanto 1/20 di ciò che viene prodotto dallo stomaco di un animale carnivoro. Qualsiasi normale essere umano e specialmente i bambini che sono innocenti saranno immediatamente attratti dalla

frutta fresca anche quando si trova ancora sulla pianta, ma si sentiranno disgustati alla vista di un animale morto; questo è confermato dalla tradizione vedica, che raccomanda di fare un bagno completo per purificarsi nel caso in cui ci si è trovati in presenza di un cadavere (anche senza toccarlo, che dire di mangiarlo). Sappiamo che l'intossicazione del sangue e del corpo causa l'annebbiamento delle facoltà superiori dell'intelligenza, e anche mal di testa, vertigini, affaticamento e sintomi simili.

Tutti gli alimenti non-vegetariani sono coperti dall'ignoranza e dall'inganno perché hanno bisogno di considerevoli manipolazioni, cottura e aggiunta di altri ingredienti per nascondere il loro aspetto naturale e diventare così accettabili per il palato e lo stomaco dell'essere umano medio. Inoltre, è estremamente difficile trovare un mangiatore di carne che non si senta irritato e turbato se gli ricordiamo la natura di quello che sta mangiando. Ovviamente chi mangia carne preferisce rimanere nell'ignoranza o dimenticare l'origine del suo cibo.

Quelli che sono consapevoli di ciò che mangiano e ciononostante lo gustano con piacere sono persino peggio, poiché hanno perso ogni compassione, senso morale, decenza, purezza, intelligenza e buon senso. Sono senza dubbio *asura*.

Non elencheremo qui le molte istruzioni contenute in varie scritture che raccomandano un'alimentazione vegetariana, perché questo richiederebbe un libro in sé. Dobbiamo però chiarire che la tradizione vedica non dà l'assoluta proibizione del consumo di alimenti non-vegetariani o altri cibi tamasici: semplicemente offre buoni motivi e una solida conoscenza, in modo che ciascun individuo sia in grado di fare una scelta bene informata e responsabile, e affrontare le conseguenze. Nella cultura vedica non ci sono tabù o "restrizioni religiose" del tipo che possiamo osservare in altre fedi. Le persone che vogliono comunque mangiare carne dovrebbero senz'altro essere lasciate libere di farlo,

a patto che non facciano del male a creature innocenti e utili, e che non spargano la contaminazione nell'ambiente.

Dobbiamo comprendere inoltre che le situazioni di emergenza giustificano completamente scelte che normalmente sono sconsigliate; questo si chiama *apat kala dharma*, o "dharma in tempi di sofferenza". Così per esempio i mendicanti *sannyasi* non hanno molta scelta riguardo alla qualità del cibo che ricevono in elemosina, e benché cerchino normalmente di avvicinare persone sattviche nella questua per il cibo, potrebbero doversi accontentare di ciò che ricevono.

VERSO 11

अफलाङ्क्षिभिर्यज्ञो विधिदृष्टो य इज्यते ।

aphalāṅkṣibhiryajño vidhidṛṣṭo ya ijyate ।

यष्टव्यमेवेति मनः समाधाय स सात्त्विकः ॥ १७-११ ॥

yaṣṭavyameveti manaḥ samādhāya sa sāttvikaḥ ॥ 17-11 ॥

aphala akanksibhih: da coloro che non sono ansiosi di godere i frutti; *yajnah*: sacrificio rituale; *vidhi distah*: diretto dalla giusta conoscenza; *yah*: che; *ijyate*: viene compiuto; *yastavyam*: che va compiuto per dovere; *eva*: certamente; *iti*: così; *manah*: la mente; *samadhaya*: bene focalizzata; *sah*: chi; *sattvikah*: in *sattva guna*.

"Lo *yajna* compiuto senza aspirare ad ottenere risultati (egoistici), ma è diretto dalla giusta conoscenza, per senso di dovere, e con piena concentrazione mentale, è in *sattva*.

La definizione di *yajna* è molto ampia e copre tutte quelle attività intraprese con una consapevolezza sacra, come il sacrificio, il

dovere o le cerimonie rituali. Il concetto di sacralità è naturale nella psiche umana, anche senza comprendere o conoscere le scritture, e perciò possiamo trovarlo in tutte le culture, in tutte le regioni e in tutti i tempi, diretto verso la più grande manifestazione di potere e consapevolezza, che la gente chiama Dio.

Krishna ha elaborato sulle varie forme di *yajna* a cominciare dal verso 3.9: *yajnarthat karmano 'nyatra loko 'yam karma bandhanah, tad artham karma kaunteya mukta sangah samacara,* "L'azione deve essere compiuta come sacrificio, altrimenti causa legame in questo mondo. Dovresti dunque compiere i tuoi sacri doveri rimanendo libero dal contatto materiale" (3.9).

La forma fondamentale di *yajna* è il compimento dei propri doveri per sostenere l'universo (*dharmā*); nella scala più piccola questi doveri si riferiscono al nostro corpo, alla nostra famiglia, alla nostra comunità professionale e alla nostra società, e sono chiamati *sva dharmā*. Su scala più grande, i nostri doveri si applicano al ruolo che svolgiamo per sostenere l'universo in collaborazione con i Deva, e vengono compiuti tramite vari rituali. I versi dal 3.10 to 3.15 illustravano questo punto, collegando la nascita e lo sviluppo di tutti gli esseri al cibo e alle piogge o al giusto ordine delle stagioni e delle leggi universali (*ritam*).

I rituali tradizionali compiuti dalle persone di famiglia appartenenti ai tre *varna* superiori sono intesi a rafforzare l'armonia naturale nell'universo, per cui gli umani nutrono i Deva e i Deva nutrono gli umani come parti della stessa grande famiglia. Il concetto di *karma* come dovere è la prova del profondo senso di responsabilità nella cultura vedica, che insegna agli esseri umani ad essere guardiani e protettori del mondo e di tutte le creature invece che i loro padroni e sfruttatori (come vediamo nelle ideologie abramiche e nei loro derivati). In effetti, il verso 3.13 affermava chiaramente che bisogna consumare soltanto ciò che è stato santificato dallo *yajna*, come *prasada* o benedizione, proprio come i membri di una

grande famiglia prendono la loro porzione del cibo che è stato servito alla famiglia intera riunita.

Abbiamo già visto lo *yajna* come *samagram* ("forma collettiva") dei propri doveri nel verso 4.23, e dopo il verso 4.24 (*brahmarpanam brahma havir brahmagnau brahmana hutam, brahmaiva tena gantavyam brahma karma samadhina*), Krishna continua nei versi dal 4.25 al 4.27 spiegando il concetto di *yajna* come adorazione rituale, rinuncia (al risultato delle nostre azioni), come pratica della *sadhana* e controllo dei sensi, del *prana* e della mente.

Nel verso 4.28 lo *yajna* è presentato come carità, ricerca spirituale, austerità, coltivazione della conoscenza e osservanza di *vrata*, e nei versi 4.29 e 4.30 è descritto come la pratica della meditazione sostenuta dal *pranayama*. Dal 4.31 al 4.34 troviamo ulteriori elaborazioni sul concetto stesso di *yajna*. In 5.28 e 5.29, *yajna* è descritto come collegato direttamente con Bhagavan, e poi in 7.30, 8.4 e 9.16 il principio di *yajna* (*adhiyajna*) è riconosciuto come Bhagavan stesso. Poiché entrambi i significati rimangono simultaneamente validi, la definizione di *yajna* sarà "azione sacra" ancora in 8.28, 9.20, 16.1, 18.3, 18.4, 18.5, 18.6, e il verso 9.24 dice che Dio è il beneficiario di tutte le azioni sacre (*sarva yajnanam bhokta*).

Tutta questa conoscenza dell'azione sacra è innata nel cuore e nella coscienza di ciascun essere umano, qualunque sia la sua cultura, e dunque viene chiamata *sanatana dharma*. Le scritture vediche (*shastra*) offrono maggiore conoscenza e comprensione di questa tendenza naturale, e qui Krishna spiega che le persone naturalmente buone (*sattviche*) compiono tutte le azioni sacre per un senso di responsabilità e dovere (*yastavyan*), senza aspettarsi benefici egoistici (*aphala akanksibhih*) e con una buona comprensione dello scopo dell'azione (*vidhi distah*). Il termine *vidhi* trasmette anche il significato di "regole" e qui (in assenza di

istruzioni specifiche dagli *shastra*) si applica ai principi etici e alle regole di buon comportamento che sono naturalmente percepiti dalle persone sattviche come pulizia, gentilezza, compassione e così via.

VERSO 12

अभिसन्धाय तु फलं दम्भार्थमपि चैव यत् ।

abhisandhāya tu phalam dambhārthamapi caiva yat ।

इज्यते भरतश्रेष्ठ तं यज्ञं विद्धि राजसम् ॥ १७-१२ ॥

ijyate bharataśreṣṭha taṁ yajñam viddhi rājasam ।। 17-12।।

abhisandhaya: desiderando; *tu*: ma; *phalam*: il risultato; *dambha*: per arroganza religiosa; *artham*: per il motivo; *api*: anche; *ca*: e; *eva*: certamente; *yat*: che; *ijyate*: viene compiuto; *bharata srestha*: o migliore tra i discendenti di Bharata; *taṁ*: quello; *yajnam*: sacrificio; *viddhi*: devi sapere; *rajasam*: in *rajas*.

"O migliore tra i discendenti di Bharata, sappi che il sacrificio rituale compiuto con arroganza o per ottenere risultati (egoistici e materialistici) viene classificato sotto *rajas*.

Anche coloro che si trovano sotto l'influenza di *rajas* e *tamas* compiono normalmente azioni sacre, doveri e rituali religiosi, perché l'istinto religioso è una parte fondamentale dello spirito umano e non può venire distrutto. Può essere coperto da altre motivazioni, dimenticato, o più spesso mal diretto verso oggetti di adorazione che sono maggiormente attraenti per le persone ignoranti e avide, come abbiamo già visto all'inizio del capitolo, specialmente nei versi 17.4 e 17.5. Se non trovano nessun altro da adorare, le persone rajasiche e tamasiche renderanno culto a leader

politici, stelle del cinema, cantanti e musicisti famosi, personaggi dello sport professionale, o anche a sé stessi (o più precisamente, al proprio ego, mente e sensi). Alcuni adorano semplici proiezioni di fantasia, come idealizzazione di persone, personaggi inventati, e così via. In ogni caso, le attività religiose e il compimento dei doveri da parte di persone rajasiche sono motivati dall'egoismo e dall'avidità; come minimo desiderano ottenere una posizione sociale speciale e un senso di superiorità e orgoglio. Anche se adorano qualche forma di Dio, il loro proposito rimane egoistico, perché desiderano speciali poteri o favori - dal superare un esame scolastico al trovare un buon marito, vincere la lotteria o venire ammessi in paradiso per godere dei suoi piaceri. Questo è indicato all'inizio del verso dalle parole *abhisandhaya* ("per uno scopo specifico").

Dobbiamo qui tracciare una linea di confine tra i due territori adiacenti del pregare Dio per ottenere il suo aiuto (da una parte) e adorare specificamente Dio soltanto quando vogliamo qualche favore (dall'altra parte). La differenza potrebbe non risultare immediatamente visibile a tutti, ma è la stessa situazione che possiamo sperimentare nella nostra vita personale quando alcune persone si ricordano di noi soltanto quando hanno bisogno di favori, e non si curano di farsi sentire o vedere in altre occasioni. Ovviamente si tratta di persone avidi ed egoiste, che non hanno vero affetto per noi, e quindi la relazione non potrà essere molto buona. D'altra parte potremmo avere degli amici sinceri che ci vogliono bene davvero, e ogni tanto ci confidano le loro preoccupazioni quando si trovano nei guai. Poiché facciamo parte della loro vita, si fidano di noi e hanno un'alta opinione di noi, potrebbero chiederci aiuto: questo è il sentimento con cui il devoto avvicina Dio per offrire i suoi problemi ai suoi piedi. Un vero devoto non dà la "lista della spesa" a Dio per chiedergli di soddisfare i suoi desideri, perché ha fiducia che Dio sia al corrente della situazione.

Le cerimonie religiose delle persone rajasiche vengono compiute per egotismo e ostentazione (*dambha artham*), o anche in modo professionale (*phalam*), un business in cui la Divinità viene "usata" come strumento per far soldi (ottenere uno stipendio oppure raccogliere donazioni), acquisire seguaci, e/ glorificare sé stessi o la propria organizzazione, gruppo e così via. Queste persone credono veramente di "possedere" la Divinità (a volte persino in monopolio o in franchising) e generalmente calcolano il "valore" della Divinità in termini di elementi materiali come dimensioni, qualità e costi del metallo o della pietra, e così via. Stabiliscono anche una tariffa per il *darshana* della Divinità, vendono il *prasadam* e i favori della Divinità al pubblico a un prezzo che considerano come un loro guadagno legittimo. Non chiedono donazioni libere ma un prezzo specifico, e usano il "valore spirituale" della merce per favorire gli affari.

Le persone rajasiche non danno molta importanza alle regole per quanto riguarda la propria condotta personale. Certo, saranno intolleranti e molti rigidi riguardo al "rispettare le regole" quando questo può essere utile per maltrattare e sfruttare gli altri, ma poiché sono ipocriti (*dambha artha*) quando fa loro comodo sono prontissimi a dimenticare i principi più elementari di pulizia, umiltà, buona condotta, astensione da alimenti impuri eccetera.

La stessa cosa si applica ai rituali religiosi basati sul sacrificio del fuoco (*homa*), con i quali si aspira ad acquisire i prestigiosi titoli di Agnihotri, Asvamedhi, Vajapayi, ecc, e magari trasmetterli ai figli e discendenti che si vanteranno di tali appellativi generazione dopo generazione, anche se nel futuro nessuno di loro si preoccuperà di osservare rituali o compiere doveri religiosi. Dobbiamo ricordare qui un verso dal capitolo precedente: *atma sambhavitah stabdha dhana mana madanvitah, yajante nama yajnais te dambhenavidhi purvakam*, "Illusi da egotismo, impudenza, falso prestigio e ricchezza, celebrano rituali e sacrifici che non hanno alcun vero

valore, a causa della loro ipocrisia e ignoranza del vero scopo e delle regole" (16.17).

VERSO 13

विधिहीनमसृष्टान्नं मन्त्रहीनमदक्षिणम् ।

vidhihīnamasṛṣṭānnaṁ mantrahīnamadakṣiṇam ।

श्रद्धाविरहितं यज्ञं तामसं परिचक्षते ॥ १७-१३ ॥

śraddhāviraḥitaṁ yajñaṁ tāmasaṁ paricakṣate ॥ 17-13 ॥

vidhi hinam: senza conoscenza; *asrista annam*: senza consacrazione del cibo; *mantra hinam*: senza i *mantra* adeguati; *adaksinam*: senza offrire doni all'insegnante; *sraddha virahitam*: senza fede; *yajnam*: rituale di sacrificio; *tamasam*: in *tamas*; *paricaksate*: deve essere considerato.

"Il rituale religioso che viene eseguito senza conoscenza, senza recitare i *mantra* (appropriati), senza fede, senza cibo santificato o senza offrire doni, deve essere considerato come appartenente a *tamas*.

Le persone rajasiche si impegnano nel celebrare *yajna* e *upasana* per ottenere dei risultati materiali egoistici, ma almeno impegnano un po' di sforzo nel fare le cose bene. Organizzano una bella coreografia di attività, con processioni, canti e recitazioni, scelgono *mantra* e procedure rituali impressionanti, investono in materiali per decorazioni e offerte, e mettono spesso parecchi sforzo nel costruire templi o anche strutture temporanee, come i *pandal* per i festival.

Rimangono solennemente seduti durante la recitazione degli *stuti* e *patha* tradizionali sperando di ottenere i benefici descritti nel *phala sruti*, e cercano di impressionare il pubblico con generose distribuzioni di cibo, ghirlande e altri beni - generalmente ai loro sostenitori, presenti o futuri.

Le persone tamasiche non si scomodano neppure a fare questo. E' un lavoro e un investimento troppo grande, perciò se hanno veramente bisogno di fare qualcosa (perché sono costretti da altri) organizzano uno spettacolo da quattro soldi, con il minimo di materiali procurati in un modo o nell'altro, spesso rubati (specialmente i fiori dagli alberi dei vicini) e generalmente senza curarsi molto della loro pulizia.

Per l'*homa* usano qualsiasi tipo di legna - persino pezzi di vecchi mobili - e comprano surrogati artificiali e a buon mercato al posto di ingredienti costosi come la canfora, il burro chiarificato, i cereali, le erbe medicinali e così via. I sacerdoti officianti (*ritviks*) sono pigri e disattenti, non molto interessati alla correttezza delle procedure e soprattutto abissalmente ignoranti riguardo allo scopo dell'intero esercizio.

Come *mantra*, borbottano delle linee a capriccio, spesso con errori grossolani di pronuncia e generalmente senza comprendere nulla del loro significato, ma a nessuno importa nulla e quindi non ci sono domande. Tutto fa brodo, anche i *mantra* funebri recitati per i matrimoni. Lo *yajna sala* è privo di protezione e invaso da ogni genere di persone che gironzolano o si siedono qua e là, e a volte persino ubriachi che vomitano, signore che spettegolano, ragazzine stupide che si pettinano i capelli, bambini che strillano e corrono in giro facendo danni, il tutto tra vari tipi di spazzatura e rifiuti. La procedura viene condotta senza vero rispetto o fede, ma semplicemente come "la tradizione inevitabile" da seguire ciecamente perché non c'è scampo.

Qui dobbiamo fare molta attenzione per non cadere nell'illusione secondo cui tale sottomissione passiva sarebbe *sattvica* e dovrebbe essere considerata il compimento distaccato del proprio dovere, perché in molti casi *tamas* può essere confuso con *sattva*. Per chiarire meglio questo punto, possiamo ricordare l'esempio dello stupido "di casta alta" che crede di non aver bisogno di lavarsi i vestiti o fare il bagno perché è già "geneticamente puro per nascita".

L'espressione *asrista annam* è particolarmente interessante. Lo scopo fondamentale di tutti gli *yajna* è la distribuzione di cibo, non soltanto ai Deva ma a tutti i partecipanti e al pubblico in generale, compresi gli animali. Questo perché i tre *varna* superiori - *brahmana*, *kshatriya* e *vaisya* - hanno la responsabilità di nutrire il resto della società, a cominciare dai *sudra* che li assistono fedelmente, e i rituali dello *yajna* costituiscono la perfetta opportunità.

La distribuzione di *prasada* non deve necessariamente essere eseguita sotto forma di pasto vero e proprio o sotto forma di cibo cucinato; può consistere in frutta, verdura e cereali disposti attorno all'altare del sacrificio. Nei rituali *tamasici* queste decorazioni non vengono eseguite, oppure vengono rubate durante la procedura o ancora peggio gettate nella spazzatura alla fine della cerimonia, talvolta insieme con "l'idolo usato". Se leggiamo le descrizioni dei *Purana* e dei testi antichi, vedremo che aspetto ha un vero *yajna*, e qual è il suo scopo.

Il termine *paricaksate* indica che tutti gli *yajna* dovrebbero avere una persona responsabile (*acharya*) che esamina tutti gli aspetti delle procedure e le corregge al momento opportuno, dando istruzioni ai partecipanti e assicurandosi che i rituali abbiano successo. Altrimenti, l'intera faccenda sarà totalmente inutile. Alcune persone superficiali vorrebbero credere che i rituali *tamasici* hanno semplicemente "qualche piccolo difetto", come il

fuoco è spesso coperto dal fuoco, ma Krishna non approva tale conclusione: *asraddhaya hutam dattam tapas taptam kritam ca yat, asad ity ucyate partha na ca tat pretya no iha*, "O Arjuna, qualsiasi azione di offerta rituale, carità o austerità che viene eseguita senza fede e in coscienza materiale rimane senza risultati positivi, dopo la morte o anche in questa vita" (17.28).

E' dunque molto meglio impegnarsi in attività più semplici ma più sincere, come Krishna ha già affermato: *patram puspam phalam toyam yo me bhaktya prayacchati, tad aham bhakty upahritam asnami prayatatmanah*, "Se qualcuno mi offre, con sincero amore e devozione, anche solo una foglia, un fiore, un frutto o dell'acqua, io accetterò l'offerta a causa di quell'amore e di quella devozione" (9.26).

Se nonostante la nostra mancanza di qualificazioni e le oggettive difficoltà del Kali yuga vogliamo comunque onorare i Deva e la società con cerimonie religiose tradizionali in qualche occasione speciale, dovremmo fare uno sforzo sincero per osservare almeno le regole di pulizia e rispetto, e cercare di comprendere i *mantra* e lo scopo del sacrificio.

E soprattutto dovremmo essere abbastanza umili da renderci conto dei nostri difetti e chiedere scusa per i nostri eventuali errori od omissioni: *mantra hinam kriya hinam bhakti hinam janardana, yat pujitam maya deva paripurnam tad astu me, vidhi hinam mantra hinam yat kincit upapadhitam, kriya mantra vihinaniva tat sarvam ksantum arhasi, ajnanad athava jnanad asubham yan maya krtam, ksantum arhasi tat sarvam dasyenaiva grhana mam, aparadha sahasrani kriyante 'har nisam maya, daso 'ham iti mam matva ksamasva madhusudana*, "O Vishnu, ti prego di correggere qualsiasi omissione o errore in *mantra*, procedure o devozione nella mia adorazione. Ti prego di perdonare qualsiasi errore od omissione che ho commesso o qualsiasi cosa negativa io potrei aver fatto consapevolmente o inconsapevolmente, e di accettarmi

come tuo umile servitore. So che ho commesso molte offese, ma ti prego di perdonarmi perché desidero soltanto servirti."

VERSO 14

देवद्विजगुरुप्राज्ञपूजनं शौचमार्जवम् ।

devadvijaguruprājñapūjanam śaucamārvavam ।

ब्रह्मचर्यमहिंसा च शरीरं तप उच्यते ॥ १७-१४ ॥

brahmacaryamahimsā ca śārīram tapa ucyate ॥ 17-14 ॥

deva: a Dio; *dvija:* ai nati due volte; *guru:* all'insegnante; *prajna:* a coloro che hanno saggezza e conoscenza; *pujanam:* adorazione; *saucam:* pulizia; *arjavam:* semplicità; *brahmacaryam:* astensione dalle attività basate sulla lussuria; *ahimsa:* astensione dall'odio; *ca:* e; *sariram:* del corpo; *tapah:* austerità; *ucyate:* è detto.

"E' detto che le austerità del corpo sono l'adorazione offerta a Dio, ai nati due volte, all'insegnante e alle persone che hanno saggezza e conoscenza, come anche l'osservanza di pulizia, semplicità, il funzionare sul livello trascendentale e l'astenersi dall'odio.

Tapah o *tapasya* (austerità) è lo sforzo cosciente e deliberato che investiamo in qualsiasi attività sacra e include la scelta di tollerare tutte le difficoltà e i problemi che possono presentarsi nel corso del nostro servizio. Possiamo anche definirla come il senso di responsabilità e dovere che ci sostiene nel compimento delle nostre funzioni, e la concentrazione e meditazione che ci portano a comprensione e realizzazione. Insieme a *satya*, *daya* e *sauca*, *tapah* è considerata una delle quattro gambe di Dharma. Abbiamo visto Krishna parlare dell'importanza di *tapasya* nei versi 4.10,

5.29, 9.27 e 16.1, perché senza lavorare seriamente e tollerare le difficoltà che incontriamo sul nostro cammino, non potremo ottenere un granché.

Nel *Bhagavata Purana* (2.7.5 e 2.7.39) Brahma il creatore di questo universo spiega che lui stesso si impegnò nel *tapasya* per diventare capace di manifestare tutte le varie creazioni dopo la dissoluzione precedente. Questo viene ripetuto anche nei versi 2.9.8 e 2.9.23-24, in cui Vishnu afferma, *tapo me hridayam saksad, atmaham tapaso anagha, srijami tapasaivedam, grasami tapasa punah, bibharmi tapasa visvam, viryam me duscaram tapah*, "Tapasya è il mio cuore, e io sono l'anima di chi si impegna nel *tapasya*. Io creo, mantengo e dissolvo l'universo, sempre attraverso lo stesso potere del *tapasya*: perciò il *tapasya* è il potere stesso".

In questo verso Krishna sta ancora parlando di persone che non hanno conoscenza degli *shastra* e che sono attratte spontaneamente verso un particolare tipo di attività religiosa a seconda dei *guna* con cui sono associate. Le persone buone, che si trovano sotto l'influsso della bontà o *sattva guna*, sono per natura a contatto con la propria coscienza e il proprio buon senso, che costituiscono il *guru* interiore (*paramatma antaryami*). Percepiscono già che austerità significa controllare la propria mente e i propri sensi allo scopo di evolversi a livelli più alti di consapevolezza, e per questo si sentono attratti a Dio (o a qualsiasi cosa considerino il Supremo - *brahman, paramatma, bhagavan, isvara, hari* ecc) come la fonte originaria e completa di tutto ciò che è buono. A causa del *sattva* che è naturalmente in loro, vogliono partecipare all'oceano di *sattva* (*hareh sattva nidher, Bhagavata Purana* 1.3.26) che è Dio.

Similmente, il *sattva* che si trova in loro riconosce istantaneamente il *sattva* nelle persone spiritualmente progredite, nella forma di saggezza e conoscenza (*prajna*), compassione e capacità di guidare altri verso il progresso (*guru*), e senso di responsabilità nel

prendersi cura della società (*dvija*). I *dvija*, o "nati due volte", sono quelle persone che sono state adeguatamente addestrate da un *guru* autentico per un certo numero di anni e sono diventate qualificate a lavorare in posizioni di responsabilità nella società - come insegnanti e consulenti (*brahmana*), amministratori, governanti e guerrieri (*kshatriya*) o imprenditori (*vaisya*).

Queste occupazioni professionali richiedono molto addestramento, non soltanto al livello materiale ma anche a livello religioso ed etico, poiché il comportamento e le scelte degli individui in tali posizioni possono dirigere la società intera verso il progresso e la prosperità, oppure verso il disastro e la sofferenza. Un *guru* autentico non è semplicemente un *brahmana* che sa insegnare, ma un *brahmana* che ha una comprensione profonda delle esigenze di ciascuna posizione professionale, e delle soluzioni a tutti i possibili problemi della società. Ai tempi vedici c'erano molti di questi *guru*, che gestivano indipendentemente e individualmente scuole residenziali nella propria casa (*guru kula*). Qualunque bambino poteva essere ammesso in queste scuole, a totale discrezione del *guru* stesso, perché era responsabilità del *guru* individuale portare ciascun discepolo al livello di qualificazione che il suo particolare potenziale gli consentiva. Quando il *guru* decideva che un particolare discepolo era pronto a iniziare i propri doveri nella società, lo riconosceva ufficialmente come "nato due volte" assegnandogli la posizione di *varna* che era capace di occupare.

Questa cerimonia viene molto appropriatamente chiamata "seconda nascita" perché conferisce il riconoscimento ufficiale della vera posizione di un individuo nella società. La prima nascita assegna il bambino al *varna* dei suoi genitori attraverso una serie di *samskara* (imprinting psicologici) che iniziano ancora prima del concepimento, ma il *guna* e *karma* originari che ci si porta dietro dalle vite precedenti non sono sufficienti per eseguire correttamente i propri doveri.

Il figlio di un chirurgo potrà sentirsi più a suo agio in una sala operatoria e con libri di medicina di quanto possa essere un ragazzo nato in una famiglia appartenente a una diversa comunità professionale, ma nessuna persona sana di mente si aspetterà che il ragazzo sia capace di operare con successo senza il lungo addestramento e gli studi particolareggiati che ha fatto suo padre. Inoltre, il figlio di un chirurgo che desidera seguire la stessa carriera di suo padre non può essere addestrato soltanto dal padre, perché un buon chirurgo non è necessariamente un buon insegnante, e certamente un padre potrebbe essere incapace di valutare correttamente il potenziale e le qualità del proprio figlio a causa di attaccamenti, proiezioni e aspettative.

Il sistema della *gurukula* si focalizza per prima cosa sull'approccio generale verso la vita e lo sviluppo del potenziale di ciascun individuo, l'etica del lavoro e le interazioni sociali, e sull'imparare "come imparare". Non è necessario per un *guru* conoscere tutti i particolari dettagli di tutte le professioni, perché il sistema vedico di studio è aperto, e qualsiasi studente abbia completato con successo un corso di studi può continuare a ricercare la conoscenza trovando altri *guru* che sono maggiormente specializzati in un dato campo, e anche associandosi con professionisti di successo (*prajna*) in un particolare campo, diventando apprendista presso di loro. Tutte queste persone devono essere rispettate (adorate) poiché rispetto e apprezzamento per la loro conoscenza e le loro realizzazioni aiuterà moltissimo il nostro apprendimento. Non solo gli insegnanti saranno incoraggiati e ispirati a svelarci più tesori, ma anche noi saremo più attenti e ricettivi nell'ottenerli. Questo può succedere soltanto quando gli insegnanti sono qualificati, gli studenti sono veramente interessati a imparare e non distratti da altri interessi o impegni, e ogni individuo riceve un addestramento personalizzato che non è né al di sopra né al di sotto del suo vero potenziale.

Austerità significa anche sviluppare buone abitudini e seguire delle regole d base che ci aiuteranno a controllare la mente e i sensi. Non è difficile per una persona naturalmente buona comprendere che ha bisogno di coltivare la pulizia (*saucam*), poiché la contaminazione offusca la mente e causa malattie che costituiscono una seria distrazione dal progresso. La semplicità (*arjavam*) ci protegge dalla distrazione di complicazioni inutili e desideri e attività superflui, e l'astensione dall'odio (*ahimsa*) ci protegge dalla distrazione di lotte non necessarie e dal pericolo di cadere in *rajas* e *tamas*, con pessimi risultati per il nostro progresso.

L'austerità chiamata *brahmacharya* è un po' più difficile da comprendere perché l'idea dell'astinenza sessuale è stata macchiata dalla sovrapposizione culturale di concetti abrahmici basati sul "mortificare il corpo". L'espressione *brahma acara* significa letteralmente "funzionare come *brahman*", e dunque non contiene l'idea di sesso, nemmeno per condanarlo. L'errore delle ideologie abramiche (e dei loro derivati) consiste nel continuare a pensare al sesso in modo negativo, finché diventa una ossessione vera e propria, carica di negatività (disprezzo, odio, paura e così via) che può esplodere da un momento all'altro. Una persona intelligente comprende che una simile linea d'azione può solo portare al disastro.

Certo, un *brahmachari* seguirà le regole prescritte per evitare le occasioni di lussuria, ma con il giusto ambiente e il giusto impegno in attività corrette, un normale essere umano ha bisogno soltanto di pochi incontri sessuali per soddisfare le proprie vere esigenze naturali, *dopo* che queste si sono effettivamente manifestate. La pratica del *brahmacharya* non consiste nel reprimere gli impulsi sessuali dopo che si sono manifestati, ma nel vivere liberi dalla pressione sociale e culturale ossessionata dal sesso e dalle aspettative psicologiche che sono così dannose per la vita di tante persone nell'attuale società asurica. Specialmente quando

funzioniamo sul livello trascendentale, sviluppiamo l'abitudine di vedere le persone come esseri spirituali e non come corpi dai quali potremmo ottenere una maggiore o minore quantità di piacere sessuale. E' un tipo di innocenza (cioè mancanza di malizia) per il quale ci concentriamo sull'intelligenza, i talenti, le qualità, le attività degli individui, e non sulle loro caratteristiche sessuali. Questo ci aiuterà nel nostro progresso perché ci permette di imparare da altri senza essere ostacolati dal particolare tipo di corpo che rivestono.

VERSO 15

अनुद्वेगकरं वाक्यं सत्यं प्रियहितं च यत् ।

anudvegakaram vākyaṁ satyaṁ priyahitam ca yat ।

स्वाध्यायाभ्यसनं चैव वाङ्मयं तप उच्यते ॥ १७-१५ ॥

svādhyāyābhyasanam caiva vāṅmayam tapa ucyate ॥ 17-15 ॥

anudvega karam: che non provoca agitazione (non necessaria); *vakyam*: discorso; *satyam*: veritiero; *priya hitam*: piacevole; *ca*: e; *yat*: che; *svadhyaya*: lo studio della scienza del sé; *abhyasanam*: pratica/ *sadhana*; *ca*: e; *eva*: certamente; *vak mayam*: riguardo al parlare; *tapah*: austerità; *ucyate*: è detto.

"E' detto che le austerità della parola sono la pratica della *sadhana* e lo studio dell'*atma vidya*, e il parlare in modo veritiero ma piacevole e sereno.

Il verso precedente spiegava in che modo le persone naturalmente buone riescono a controllare la mente e i sensi per facilitare il proprio progresso e contribuire al progresso della società, con le azioni e gli atteggiamenti manifestati dalle attività del corpo. Qui

ci viene ricordato che non solo le azioni fisiche, ma anche le parole possono avere un grande impatto sulla nostra vita e sulla vita di chi ci sta attorno, perciò dobbiamo imparare a controllare anche il nostro potere di parlare. La lingua è il senso più fondamentale e più potente, poiché riconosce e accetta il cibo (*anna*), che è il fattore principale e primario della vita, come abbiamo già visto nei versi dal 17.7 al 17.10 e nei loro commenti. Il cibo è *brahman*, e anche la parola è *brahman* (*sabda brahman*), perciò la lingua è il nostro strumento più importante per elevarci o degradarci (6.5).

Il cibo e l'espressione verbale possono influenzare moltissimo la nostra consapevolezza, stabilendoci sul livello trascendentale della realizzazione di *atman/ brahman* verso cui le scritture ci guidano, o sul livello della bontà naturale (*sattva*), o anche verso il basso, verso il livello del materialismo (*rajas*) e della stupidità (*tamas*), fino al livello della vita asurica (*naraka*). I due estremi di natura daivica e natura asurica sono i due poli opposti della consapevolezza, e l'anima condizionata può muoversi tra di loro verso l'alto o verso il basso.

Una persona *sattvica* percepirà spontaneamente che le parole possono avere un forte impatto sul proprio progresso e su quello degli altri, perciò farà uno sforzo per controllare la lingua.

L'espressione *anudvega karam* indica un effetto di agitazione sulla mente, poiché *vagam* significa "impulso, impeto", come un'ondata di emozione che eccita e stimola all'azione. Questo effetto può venire diretto verso altri o anche verso sé stessi, e il prefisso *anu* indica qui un eccesso di stimolazione, cosa generalmente negativa. A volte può essere necessario usare parole forti per stimolare sé stessi o altri verso la consapevolezza o l'azione, proprio come è talvolta necessario mostrare collera per lo stesso motivo, ma ci deve essere sempre un controllo cosciente, bisogna incanalare il potere nella giusta direzione e nella quantità appropriata. Quando lavoriamo con energie grezze come le emozioni e le parole,

dobbiamo essere sempre consapevoli del potenziale pericolo e agire di conseguenza. Dobbiamo procedere gradualmente. Per rompere una noce di cocco non c'è bisogno di usare la dinamite, e se usiamo troppa energia potremmo facilmente danneggiare o distruggere proprio quella cosa che stiamo cercando di salvare. Dobbiamo quindi cercare di non ferire nessuno con le nostre parole - proprio l'opposto di quello che gli *asura* amano fare (*krodhah parushyam*, "collerici e crudeli nel parlare", 16.4).

Quando parliamo a persone civili e colte, o anche semplicemente a persone innocenti, rispettose, sincere e intelligenti, poche parole delicate o gentili dovrebbero essere sufficienti a trasmettere il pieno significato di ciò che vogliamo comunicare ("a buon intenditor, poche parole"). Perciò si dice, *satyam bruyat priyam bruyat*, "la verità dovrebbe essere detta nel modo più piacevole possibile". La parola *priya* però non significa soltanto "piacevole" ma anche "affettuoso", e sappiamo che in certi casi difficili l'amore ha bisogno di essere un po' duro. L'espressione *priya hitam* si riferisce quindi anche al vero bene delle persone interessate, che potrebbe non essere superficialmente piacevole se queste sono immerse in *rajas* e *tamas*. Per guidarci correttamente nel difficile compito di applicare questo concetto, Krishna elaborerà maggiormente sull'argomento nei versi dal 18.36 al 18.38, e in generale lungo tutto l'ultimo capitolo della *Bhagavad gita* a conclusione dei suoi insegnamenti. Qui ci limiteremo a citare il verso 18.36: *yat tad agre visam iva pariname 'mritopamam, tat sukham sattvikam proktam atma buddhi prasada jam*, "Quella felicità che inizia spiacevole come il veleno ma ben presto diventa come nettare è sattvica e deriva dalla soddisfazione dell'intelligenza e del sé".

Applicato al difficile compito di addestrare ed educare le persone, questo significa che un *guru* (o un genitore, un amico ecc) dovrebbe sempre cercare di appellarsi per prima cosa

all'intelligenza e al sé (alla coscienza) della persona che ha bisogno di essere corretta, usando parole affettuose e piacevoli. Questo è anche ciò che fa la Vita con ciascuno di noi: i primi messaggi che riceviamo sono sussurrati dolcemente, e solo gradualmente diventano forti e turbolenti, se continuiamo a ignorarli.

E' vero che non dovremmo mai cercare di correggere le persone se non ci è stato richiesto, perché è probabile che le nostre parole non saranno comunque ascoltate. Un amico non è felice di lasciare l'amico nell'ignoranza, ma i buoni consigli sono una merce difficile da distribuire, anche gratuitamente. La linea di confine è dove le azioni delle persone ignoranti cominciano a danneggiare non solo loro stessi ma anche altri (in vari tipi di aggressione); a quel punto dovremmo essere pronti a intervenire con adeguate spiegazioni e azioni, anche se questo potrebbe attirare l'attenzione violenta del malfattore direttamente su di noi. Inoltre, alcuni si agitano e si offendono anche senza alcuna provocazione, semplicemente quando la pura verità oggettiva dei fatti viene espressa e resa nota, perciò dovremmo valutare con cura i fattori in ogni situazione prima di passare all'azione.

Controllare il proprio potere di parlare significa anche dire la verità (*satyam*), cosa che gli *asura* non sono capaci di fare (*na satyam*, 16.7). *Satyam* (la verità) è anche *sivam* (benefica, di buon auspicio) e *sundaram* (bella), ma vediamo che le persone ignoranti hanno idee sbagliate su questi principi, e non sono capaci di comprendere come distruggere l'ignoranza può essere un'azione bella e benefica. L'esempio più lampante a questo proposito è lo sciocco comportamento dimostrato da Prajapati Daksha in occasione del suo *yajna*, durante il quale offese Shiva Mahadeva dicendo che era "brutto e di cattivo augurio". Certo si tratta di un episodio teatrale per la nostra edificazione, perché un personaggio così elevato come Daksha non si trova certamente su un simile livello degradato di consapevolezza, eppure la storia è molto interessante,

e contiene conclusioni eccellenti. Un altro aspetto importante della veridicità consiste nel mantenere le promesse e i voti nonostante le difficoltà personali.

La parola *svadhyaya*, "lo studio della scienza del sé", non si riferisce necessariamente agli *shastra*, ma certamente punta in quella direzione. Una persona che è naturalmente *sattvica* sarà molto interessata ad acquisire la conoscenza genuina e originaria degli *shastra*, con la quale sarà in grado di rafforzare e purificare la propria conoscenza naturale e la propria coscienza etica, e diventare più esperta e abile nel parlare. Riconoscerà immediatamente la verità e il valore degli insegnamenti *shastrici*, e li citerà nei suoi discorsi.

La parola *abhyasanam* indica che lo studio della scienza spirituale dovrebbe essere una pratica regolare (*sadhana*), e che dovrebbe passare dalla teoria (*jnana*) all'applicazione pratica (*vijnana*) per poter diventare veramente efficace.

VERSO 16

मनः प्रसादः सौम्यत्वं मौनमात्मविनिग्रहः ।

manah prasādah saumyatvaṁ maunamātmavinigrahaḥ ।

भावसंशुद्धिरित्येतत्तपो मानसमुच्यते ॥ १७-१६ ॥

bhāvasaṁśuddhirityetattapo mānasamucyate ॥ 17-16 ॥

manah prasadah: soddisfazione mentale; *saumyatvam*: gentilezza; *maunam*: essere capaci di rimanere in silenzio; *atma vinigrahaḥ*: controllo di sé; *bhava samsuddhiḥ*: purificazione delle proprie emozioni; *iti*: così; *etat*: questa; *tapah*: austerità; *manasam*: della mente; *ucyate*: è detta.

"E' detto che le austerità della mente sono la purificazione delle proprie emozioni / della propria natura, il controllo di sé, la gentilezza, la serenità, e la capacità di rimanere in silenzio.

Tutte le attività del corpo e tutte le parole che pronunciamo derivano in definitiva dalle attività della mente, perciò se vogliamo progredire nella nostra evoluzione e compiere correttamente i nostri doveri nella società e nell'universo in generale, dobbiamo fare uno sforzo (*tapah*) per disciplinare la nostra mente - pensieri, emozioni, ricordi, eccetera.

Alcuni affermano stupidamente che "non è possibile controllare la mente" e questo potrebbe certamente applicarsi a loro perché non hanno il metodo adatto. Ma l'intera scienza dello *yoga* ha lo scopo di controllare la mente attraverso il metodo di *pratyahara*, *dharana* e *dhyana*. La definizione stessa di *yoga* fornita da Patanjali è *citta vritti nirodha* (*Yoga sutra*, 1.1.2), "controllo delle attività della mente". Altri significati del termine *nirodha* sono "arresto, dissoluzione", poiché certamente il controllo include la distruzione della cosa che è controllata. Lo scopo dello *yoga* non è però la completa dissoluzione di tutte le attività della mente, ma piuttosto la dissoluzione dei suoi movimenti materiali. Questo permette alla mente di concentrarsi davvero sull'*atman*, in modo stabile come la fiamma di una lampada dove non c'è vento (*nirvana*). Quelli che affermano che bisogna dissolvere completamente tutti i processi mentali ci stanno dicendo che per far risplendere stabilmente una lampada bisogna spegnerla - ma questo è *tamas*, e certamente non *sattva* o *visuddha sattva*.

Krishna inoltre afferma chiaramente che controllare la mente (*manah samyamyā*) è non solo possibile, ma lo strumento e lo scopo della nostra personale evoluzione attraverso lo *yoga*, come possiamo vedere nei versi 2.64, 3.7, 4.21, 4.27, 5.7, 5.28, 6.6, 6.7, 6.10, 6.12, 6.14, 6.15, 6.19, 6.24, 6.26, 6.27, 8.12, e 18.52.

Specificamente, Krishna riconosce che controllare la mente è molto difficile, perché è potente e irrequieta. Arjuna ha detto, *cancalam hi manah krisna pramathi balavad dridham, tasyaham nigraham manye vayor iva su duskaram*, "O Krishna, la mente è irrequieta, turbolenta, potente e ostinata. Secondo me, controllarla è più difficile che controllare il vento" (6.34).

Krishna ha risposto, *asamyatna yogo dushprapa iti me matih, vasyatmana tu yatata sakyo 'vaptum upayatah*, "La mia opinione è che senza dubbio è difficile raggiungere lo *yoga* quando la mente non è controllata, ma ci sono metodi appropriati per cui con un po' di sforzo diventa possibile controllare la mente" (6.36).

Quali sono dunque i metodi appropriati con i quali possiamo controllare la mente? Krishna li elenca qui con perfetta chiarezza, in modo tale che qualunque persona buona (sattvica) può applicarli, anche senza tirare in ballo gli *shastra*.

La prima è il buon senso di rendersi conto di tutte le cose buone che abbiamo; la definizione tecnica sanscrita è *manah prasadah*, "soddisfazione mentale", e indica chiaramente un atto consapevole della coscienza con cui invitiamo la mente ad essere ragionevole e riconoscere le cose buone che già abbiamo. In termini "new age", questo si chiama "essere positivi" o "essere proattivi". Uno dei più grandi segreti della vita è che la soddisfazione e la felicità non dipendono dalle circostanze esteriori, ma sono una scelta che ciascuno di noi può fare in qualsiasi momento. Ogni situazione in cui ci troviamo in questo mondo ha vantaggi e svantaggi, e una persona positiva può trovare "il lato buono" quasi in ogni circostanza.

Certo, a volte sembra che siamo completamente travolti dal disastro e dalla disperazione, ma dobbiamo sempre ricordare che queste situazioni sono temporanee e che affrontandole (in un modo o nell'altro) abbiamo la possibilità di bruciare i nostri vecchi debiti

karmici e purificarci. Si tratta certamente di una consolazione che dovrebbe portare serenità alla mente.

La parola *saumyatvam*, dall'aggettivo *saumya* ("gentile, dolce"), indica un atteggiamento gentile e dolce, una mitezza di carattere che comporta benevolenza verso tutte le creature e di solito conquista il cuore delle persone innocenti, compresi molti animali. Questa qualità è strettamente collegata con *ahimsa* e *para upakara*, l'impegno per il bene di tutte le creature, di cui abbiamo discusso molte volte nei commenti precedenti.

Certo, questo deve essere un atteggiamento generale verso tutti, una pratica benefica per la nostra stessa mente, che può attirare persone positive nella nostra vita. Non si tratta di una regola assoluta da seguire in tutte le nostre interazioni con ogni particolare individuo, e certamente non quando ci troviamo di fronte aggressori e materialisti male intenzionati che vogliono farci del male o sfruttarci.

La pratica chiamata *maunam* ("silenzio") si riferisce alla scelta della serenità e della quiete, che sono necessarie per calmare la mente e concentrarla sul livello sattvico o trascendentale. Significa che dobbiamo evitare deliberatamente il *prajalpa* o le discussioni inutili o stupide, e apprezzare le virtù del silenzio e della serietà, come Krishna raccomanda a Uddhava nel *Bhagavata Purana* (11.10.6).

Osserviamo qui che Krishna ha elencato *mauna* tra le austerità della mente e non tra quelle della parola, perché *mauna* non consiste nel chiacchierare nel linguaggio dei segni dei sordomuti, nel perdersi nei sogni ad occhi aperti o nel guardare la TV o dedicarsi a simili attività senza parlare con altre persone. *Maunam* è la pratica di lasciar cadere ciò che non è essenziale e concentrare l'attenzione esclusivamente sulla realtà interiore dell'*atman*, e in quanto tale è collegata alla pratica *yoga* del *pratyahara*, "ritirare i

sensi dagli oggetti dei sensi", descritta anche dall'espressione *atma vinigraha*, il ritirarsi della mente dagli oggetti dei sensi esteriori e interiori che appartengono al livello temporaneo.

Tutte queste pratiche sono riassunte dall'espressione *bhava samsuddhi*, o "purificazione della propria natura". La parola *bhava* contiene i significati di "natura, esistenza" e anche di "emozioni, sentimenti, atteggiamento". Quando il nostro atteggiamento e le nostre emozioni sono purificati da un atto deliberato di elevazione della consapevolezza tramite le pratiche sopra elencate, e dirette verso *sattva* o *visuddha sattva*, tutta la nostra esistenza si eleva a un livello superiore e si avvicina alla natura divina.

VERSO 17

श्रद्धया परया तप्तं तपस्तत्त्रिविधं नरैः ।

śraddhayā parayā taptam tapastattrividham naraiḥ ।

अफलाकाङ्क्षभिर्युक्तैः सात्त्विकं परिचक्षते ॥ १७-१७ ॥

aphalākāṅkṣibhiryuktaiḥ sāttvikam paricakṣate ॥ 17-17 ॥

sraddhaya: con fede; *paraya*: trascendentale; *taptam*: compiuta; *tapah*: austerità; *tat*: quella; *tri vidham*: di tre tipi; *naraiḥ*: dagli esseri umani; *aphala kanksibhiḥ*: senza desiderare risultati egoistici; *yuktaiḥ*: impegnati; *sattvikam*: in *sattva guna*; *paricaksate*: è considerata.

"Le austerità religiose che sono compiute dagli esseri umani possono essere di tre tipi. Quelle (austerità) che non sono dirette a ottenere un risultato egoistico sono considerate sattviche.

Questo verso è collegato direttamente al verso 17.11, che spiegava che le azioni sacre (*yajna*) non intese a ottenere un risultato egoistico sono considerate sattviche, e al verso 17.20 che parla della carità (*dana*) naturalmente ispirata da *sattva*. Solo il tipo sattvico di austerità (e altre pratiche religiose) è approvato dagli *shastra*, poiché è ispirato naturalmente dalla propria coscienza e bontà, che derivano dal *paramatma antaryami*. Questa attrazione spontanea verso il bene è talvolta chiamata etica naturale, valori umani o buon senso, anche senso comune - non perché sia molto comune tra tutta la gente, ma perché si può trovare in tutte le persone sincere e intelligenti (sattviche), in qualsiasi strato sociale o cultura, in tutti i tempi e in tutti i luoghi. Il carattere speciale della tradizione vedica autentica è che si trova perfettamente in accordo con questi valori sattvici naturali.

Nella tradizione vedica dello *yoga*, le varie pratiche di austerità sono chiamate *yama* e *niyama*, e sono considerate le regole fondamentali per tutti i *sadhaka*. Le regole *yama* ("proibizioni") sono *ahimsa* (astenersi dalla violenza), *satya* (astenersi dal mentire), *asteya* (astenersi dal rubare), *brahmacharya* (astenersi dalle attività di lussuria), *aparigraha* (astenersi dall'accettare cose superflue), mentre le regole *niyama* ("di impegno") sono *sauca* (pulizia), *santosa* (soddisfazione), *tapah* (disciplina), *svadhyaya* (ricerca della conoscenza), e *isvara pranidhana* (dedizione al Supremo). Tutti questi principi devono essere applicati alle attività del corpo (*saririka*), della parola (*vacika*) e della mente (*manasika*).

I tre tipi di austerità sono quelli ispirati rispettivamente da *sattva*, *rajas* e *tamas*. Abbiamo già esaminato in dettaglio in che modo vengono compiute le austerità sattviche del corpo, della parola e della mente (da 17.14 a 17.16), e ora ne vedremo le motivazioni e i risultati - ricordando che stiamo ancora parlando delle stesse pratiche e tendenze naturali degli individui secondo la loro natura

materiale (costituita dai *guna*). Tali austerità sono l'adorazione offerta al Supremo, il rispetto per le persone buone, la ricerca della conoscenza e la purificazione della propria consapevolezza, come anche le pratiche di pulizia, semplicità, benevolenza verso tutti gli esseri, gentilezza, serenità e controllo di sé. Queste sono già *sattviche*, poiché *tapas* (austerità) è in sé una qualità della bontà naturale o *sattva*.

L'influenza di *rajas* e *tamas* può contaminare persino l'austerità e creare il desiderio di riconoscimenti, onori, adorazione, fama e altri vantaggi materiali. Sotto questa influenza si gode dell'adorazione ricevuta dai subordinati e della distinzione tra i propri pari, e se la consapevolezza non viene purificata velocemente, la pratica di *sadhana* o *tapah* scivola in *dambha*, l'ostentazione religiosa ipocrita. Quando siamo illuminati dalla giusta conoscenza e consapevolezza che sono caratteristiche di *sattva*, ricordiamo che il vero scopo delle nostre attività religiose, compresa *tapah*, è *sraddha paraya* - la fede suprema, o la fede nel Supremo.

Nel capitolo 14 avevamo già visto un'istruzione simile: *karmanah sukritasyahuh sattvikam nirmalam phalam, rajadas tu phalam dukkham ajnanam tamasah phalam, sattvat sajayate jnanam rajaso lobha eva ca, pramada mohau tamaso bhavato 'jnanam eva ca*, "Dicono che *sattva* porti risultati perfetti come i doveri compiuti adeguatamente, mentre *rajas* produce sofferenza e *tamas* produce ignoranza. Da *sattva* è generata la conoscenza. Da *rajas* nasce l'avidità e certamente *tamas* manifesta pazzia, illusione, ignoranza e stupidità" (14.16, 14.17). Queste ripetizioni non sono un difetto letterario, ma anzi vogliono sottolineare la grande importanza del comprendere la differenza tra le varie motivazioni e gli effetti nelle attività religiose.

VERSO 18

सत्कारमानपूजार्थं तपो दम्भेन चैव यत् ।

satkāramānapūjārthaṁ tapo dambhena caiva yat ।

क्रियते तदिह प्रोक्तं राजसं चलमध्रुवम् ॥ १७-१८ ॥

kriyate tadiha proktaṁ rājasam calamadhruvam ॥ 17-18 ॥

sat kara: per ammirazione; *mana:* per prestigio; *puja:* adorazione; *artham:* per lo scopo; *tapah:* austerità; *dambhena:* per vanità; *ca:* e; *eva:* certamente; *yat:* ciò che; *kriyate:* viene fatto; *tat:* quello; *iha:* in questo mondo; *proktam:* è detto; *rajasam:* in *rajas guna;* *calam:* irrequieto; *adhruvam:* instabile.

"Le austerità compiute in questo mondo per ottenere prestigio e ammirazione, per essere adorati (da altri), o per vanità, sono considerate in *rajas* e sono instabili.

Questo verso è collegato anche al verso 17.12, che descrive i sacrifici rituali (*yajna*) influenzati da *rajas:* *abhisandhaya tu phalam dambhartham api caiva yat, iyyate bharata srestha tam yajnam viddhi rajasam,* "O Arjuna, sappi che i sacrifici rituali compiuti con arroganza o per ottenere risultati materialistici egoistici sono classificati sotto *rajas*".

L'influenza di *rajas* produce avidità ed egoismo. Talvolta il termine tecnico *rajas* viene tradotto con "passione", ma sembra che questa definizione non sia veramente corretta, perché si può avere passione per la vita spirituale, il *dharmā* e così via, senza alcuna traccia di avidità o egoismo, e tale passione non può essere chiamata *rajasica* in alcuna circostanza. Inoltre dobbiamo differenziare tra *rajas* vero e proprio e la mistura di *rajas* e *tamas* (avidità e rabbia) che è già stata descritta come *asurica*, e che costituisce il più grande nemico in questo mondo (3.37).

Mentre le attività religiose influenzate da *rajas* sono semplicemente instabili e non portano risultati permanenti (*calam adhravam*), quelle influenzate da *rajas* e *tamas* insieme sono inutili o peggio ancora portano risultati negativi (16.10, 16.15, 16.17).

Analizziamo ora le austerità in *rajas*, le loro motivazioni e i loro risultati; le motivazioni di *rajas* sono basate sull'avidità, perciò tendono all'acquisizione egoistica di oggetti, posizioni o altri vantaggi materiali riferiti all'illusione di *ahankara* e *mamatva*. La parola *artham* significa "acquisizione di qualcosa di valore" e anche "scopo" o "significato", e indica che le persone ordinarie non possono nemmeno comprendere il motivo per cui bisogna praticare l'austerità (o *yajna*, o *dana*) semplicemente a scopo spirituale senza alcun egoismo. Chi dunque si è elevato al di sopra del livello dell'opportunismo si trova già oltre il piano umano e sale verso la dimensione divina.

I tre desideri egoistici creati da *rajas* nel campo religioso sono elencati qui come *satkara*, *mana* e *puja*. *Satkara* significa "riconoscimenti" e si riferisce al buon nome e alla fama o credito che si può ottenere compiendo austerità impressionanti e altre attività religiose imponenti. In misura ragionevole, questo si applica anche alla normale e sana convalida che uno studente riceve dall'insegnante, o alla ragionevole quantità di incoraggiamento che riceviamo dalla gente in generale per poter superare eventuali lacune nella normale autostima. Ma si tratta di stampelle per invalidi, e quando diventiamo più forti dovremmo abbandonarle e purificare completamente le nostre motivazioni.

Buon nome e fama sono anche un buon investimento per una carriera di predicatore, ma i benefici finiscono lì e durano poco; se vogliamo usarli nel modo migliore, dovremmo impiegarli per il progresso spirituale e poi liberarcene. Per esempio Chaitanya, Adi Shankara e altri grandi personalità accettarono l'ordine di *sannyasa* (che costituisce una forma considerevole di austerità) per farsi

notare in società, in modo che le persone fossero attratte ad ascoltare ciò che volevano insegnare. *Rajas* può e deve certamente essere utilizzato nel lavoro trascendentale se necessario, ma non dobbiamo mai rimanervi attaccati.

Un uso negativo di *satkara*, che contamina *rajas* con *tamas*, ci precipita invece nello stupido orgoglio di essere diventati famosi, e di cominciare a pensare che è tutto merito nostro e dovremmo trarne qualche profitto. Questo è il motivo per cui non dovremmo mai condizionare la distribuzione della conoscenza spirituale a un prezzo finanziario; dimostrare gratitudine all'insegnante con qualche offerta (*guru dakshina*) è indispensabile, ma non deve essere una somma specifica di denaro - può essere qualsiasi forma di servizio sincero.

La parola *mana* ("onore") è già stata analizzata in altri versi (6.7, 12.18, 14.25, 15.5, 16.10, 16.17) come il pericoloso desiderio di attenzioni speciali, che possono facilmente accrescere *ahankara* o falsa identificazione, ancora più di *satkara*. Dunque *mana* dovrebbe essere diretta soltanto al Supremo: *man mana bhava mad bhakto* (9.34, 18.65). Tradizionalmente questo speciale rispetto viene dimostrato alzandosi per ricevere le persone che onoriamo, salutarle a mani giunte, lodarle per le loro qualità, seguirle alla porta quando se ne vanno, e così via.

La differenza tra *satkara* e *mana* è che *mana* non dipende dal vero valore della persona, ma è basato generalmente sull'adulazione. Questo è particolarmente pericoloso perché le sciocche vittime di questa adulazione diventano vulnerabili alla manipolazione emotiva di persone che sono in realtà intenzionate a sfruttarle. C'è un famoso detto, *ati bhakti chori lakshana*, "troppa devozione potrebbe essere il sintomo di intenzioni disoneste".

La parola *puja*, "adorazione", che in questo caso indica il desiderio di essere adorati, rappresenta un ulteriore passo verso il pericolo di

scivolare da *rajas* a *tamas* e poi direttamente nella mentalità asurica. Nell'induismo tradizionale l'adorazione è una speciale dimostrazione di rispetto e affetto che viene offerta non soltanto a Dio ma anche ai rappresentanti di Dio, come il *guru*, i nostri superiori, le scritture sacre, i luoghi sacri, e persino piante e animali benefici che rendono la nostra vita più ricca con le loro benedizioni. La differenza tra *puja* e *mana* è il servizio; mentre *mana* è offerto semplicemente con parole e gesti simbolici di rispetto, *puja* è un impegno attivo di energia e risorse, come l'atto di offrire ricchezze per l'uso personale delle persone che adoriamo.

Le austerità compiute allo scopo di ottenere questi benefici hanno già trovato la loro ricompensa in questi guadagni meschini, e sono temporanee perché la gente dimentica facilmente; quegli stessi seguaci che vi adoravano oggi vi lasceranno domani per trovare qualcuno che sia più interessante e impressionante, o magari faranno dei piani per eliminarvi e prendere il vostro posto. Inoltre, la mente di una persona rajasica è sempre molto attiva, corre dietro nuove idee e desideri; poiché si compiono austerità solo per ottenere un particolare risultato materiale, con la successiva ondata mentale si cercherà una pratica differente che sembra offrire maggiori vantaggi o essere raccomandata più specificamente per i risultati che si vogliono ottenere. Si pensa dunque che sia possibile scegliere i *mantra* e i *deva* da "usare" per ottenere i risultati desiderati - come si va cercando un negozio migliore dove fare la spesa - poiché si crede che una forma di Dio sia differente dall'altra. Perciò le persone rajasiche non saranno capaci di impegnarsi in un solo metodo specifico per molto tempo, ma vorrà continuamente cambiare *sadhana*, provare nuovi *mantra* o nuovi *ista devata* e di conseguenza i risultati saranno molto temporanei e limitati.

D'altra parte il vero risultato permanente dell'austerità consiste nella realizzazione dell'*atman* attraverso la concentrazione *sattvica*

della mente; in questo modo possiamo mettere fine al ciclo di nascite e morti, come conferma la *Maitreya Upanishad* (1.6): *cittasya hi prasadena hanti karma subhasubham, prasannatmatmani sthitva sukham aksayam asnute*, "La felicità che si trova nella soddisfazione della consapevolezza distrugge tutte le conseguenze delle azioni".

VERSO 19

मूढग्राहेणात्मनो यत्पीडया क्रियते तपः ।

mūḍhagrāheṇātmano yatpīḍayā kriyate tapaḥ ।

परस्योत्सादनार्थं वा तत्तामसमुदाहृतम् ॥ १७-१९ ॥

parasyotsādanārtham vā tattāmasamudāhṛtam ॥ 17-19 ॥

mudha: stupida; *grahena*: avida/ eseguita con grandi sforzi; *atmanah*: il sé; *yat*: che; *pidaya*: torturando; *kriyate*: è compiuta; *tapah*: austerità; *parasya*: degli altri; *utsadana artham*: per causare danni; *va*: oppure; *tat*: quella; *tamasam*: in *tamas guna*; *udahritam*: è detta.

"Le austerità stupide che vengono eseguite con grande sforzo, torturando sé stessi, o per causare danni ad altri, sono considerate in *tamas*.

Due categorie di persone sono attratte dalle austerità tamasiche: gli *asura* e gli imbecilli. Questo verso comincia dagli imbecilli (*mudha*), perché non sono degradati quanto gli *asura*, che hanno scelto deliberatamente il male. Generalmente i *mudha* come categoria sono seguaci o adoratori degli *asura*, perché gli stupidi possono essere facilmente manipolati e convinti ad adorare persone

apparentemente potenti: *yajante sattvika devan yaksa raksamsi rajasah, pretan bhuta ganams canye yajante tamasa janah*, "Coloro che sono sattvici adorano le Personalità di Dio, quelli che sono in *rajas* adorano *rakshasa* e *yaksha*, e quelli che sono in *tamas* offrono sacrifici a fantasmi e altri tipi di esseri secondari" (17.4).

Nei due versi successivi Krishna aveva spiegato che le austerità non raccomandate dalle scritture, compiute per orgoglio, egotismo, lussuria e attaccamento, torturando il proprio corpo, sono in realtà di natura demoniaca, perché sono ostili al Paramatma che risiede nel nostro corpo: *asastra-vihitam ghoram tapyante ye tapo janah, dambhahankara-samyuktah, kama-raga-balanvitah; karsayantah sarira-stham bhuta-gramam acetasah mam caivantah sarira-stham tan viddhy asura-niscayan* (17.5-6). Questo comportamento è definito chiaramente come pazzia (14.13) e completa confusione (18.32).

Il termine *mudha* indica qui l'ottusa ostinazione di quelli che scelgono la stupidità nelle loro credenze e nei loro comportamenti; questa categoria comprende tutte le austerità intese a danneggiare sé stessi o altri, perché sono veramente stupide. Soltanto i bambini sciocchi fanno scenate drammatiche, facendosi del male per attirare l'attenzione dei genitori e/o ricattarli per farsi dare ciò che non dovrebbero ottenere. Lo conferma la parola *grahena*, che esprime una forte avidità, quasi un'azione violenta per afferrare o portarsi via qualcosa, come abbiamo visto nel capitolo che descriveva le attività degli *asura*. L'espressione *grihitva grahan* ("afferrare acquisizioni") nel verso 16.10 si riferiva all'avidità per cose materiali impermanenti, dove *grahan* significa "obiettivo, acquisizione", come qualcosa che è molto difficile da ottenere e comporta un mucchio di problemi anche dopo che l'abbiamo acquisito. Ecco il verso completo: *kamam asritya duspuram dambha mana madanvitah, mohad grihitvasad grahan pravartante*

'*suci vratah*, "Prendendo rifugio in una lussuria insaziabile, nell'ipocrisia religiosa e nel falso prestigio, immersi in convinzioni confuse e illusorie, si dedicano a imprese adharmiche, impegnandosi in voti impuri che considerano religiosi" (16.10).

Il termine *pidaya* ("con sofferenza, tortura") è menzionato qui insieme con *atmanah*, che significa "sé", perciò l'idea di pratica masochista è molto ovvia. Dobbiamo tracciare una chiara linea divisoria tra le austerità che sono intese a farci trascendere l'identificazione con il corpo (che è effettivamente un bene per l'*atman*) e le austerità in *tamas*, che danneggiano chi le compie. La differenza è che nella prima categoria non si infligge alcun danno al corpo: niente sangue, ustioni, cicatrici, mutilazioni o altre azioni invalidanti. Vediamo per esempio il festival tradizionale di *Thaipusam*, in cui i devoti si fanno dei "piercing" nel corpo con piccole lance o uncini, ma nessuno sanguina. Un altro esempio è il famoso "camminare sul fuoco", in cui i devoti camminano a piedi nudi su un letto di carboni ardenti, e nessuno si brucia, o riporta dei danni. In entrambi questi casi i devoti sono immersi in una profonda trance e i loro sentimenti spirituali controllano completamente le reazioni del corpo; questo in effetti è l'unico scopo della pratica. D'altra parte, le austerità degli *asura* sono compiute versando sangue, a volta anche di bambini piccoli, o mutilando parti del corpo (spesso nella delicata e sensibile zona genitale), con la flagellazione o con altre azioni intese a causare dolore come forma di punizione o espiazione, o come segno di lealtà e obbedienza.

Krishna ha già detto molto chiaramente che tali attività sono di natura demoniaca: *dambhahankara samyuktah, kama raga balanvitah*, "Quelli che non seguono le direttive degli *shastra* si sottomettono a terribili pratiche per egotismo e falsa religiosità, sotto la spinta di lussuria e attaccamento" (17.5). Lo conferma anche la *Niralamba Upanishad: mudha iti ca kartritva ady*

ahankara bhava rudho mudhah, asuram iti ca brahma visnv isana indradi nama isvarya akamanaya nirasana japa agnihotra adisvantara atmanam santapayati ca aty ugra raga dvesa vihimsa dambhady apeksitam tapa asuram, "Gli stupidi *asura* si impegnano in austerità con un forte senso di *ahankara* e con un sacco di chiasso, ma sono pieni di attaccamento e repulsione (dualità), ipocrisia e arroganza, e violenza. A volte recitano il *japa* dei nomi di Brahma, Vishnu, Shiva, Indra e altri Deva, perché vogliono ottenere da loro poteri speciali. Stanno in piedi molto a lungo, osservano lunghi digiuni, celebrano sacrifici del fuoco e si sottopongono a terribili sofferenze."

L'espressione *parasya utsadana artham*, "per danneggiare o distruggere altri" è qui particolarmente interessante. Le persone *tamasiche* non si limitano a infliggere sofferenza e danno a sé stesse, ma vogliono anche causare danni e sofferenze ad altri, perciò devono essere fermate. Non c'è nulla di brahminico o spirituale nel *tantra* nero, anche se quelli che ricorrono a queste terribili pratiche fossero convinti che "le loro motivazioni sono buone". Soltanto i fantasmi e altre creature simili rispondono a questa adorazione, e stabilire una relazione con loro porterà certamente l'adoratore a raggiungerli dopo la morte (9.25, 17.4) e condividere la loro orribile situazione.

VERSO 20

दातव्यमिति यद्दानं दीयतेऽनुपकारिणे ।

dātavyamiti yaddānaṁ diyate'nupakāriṇe ।

देशे काले च पात्रे च तद्दानं सात्त्विकं स्मृतम् ॥ १७-२० ॥

deśe kāle ca pātre ca taddānaṁ sāttvikam smṛtam ॥ 17-20 ॥

datavyam: che va data per dovere; *iti*: così; *yat*: che; *danam*: carità; *diyate*: viene data; *anupakarine*: senza considerare il proprio beneficio; *dese*: nel posto giusto; *kale*: al momento giusto; *ca*: e; *patre*: alla persona giusta; *ca*: e; *tat*: quella; *danam*: carità; *sattvikam*: in *sattva guna*; *smrtam*: viene ricordata.

"La carità che viene data per dovere, nel luogo giusto e nel momento giusto, alla persona adatta, senza considerare il proprio vantaggio egoistico, viene ricordata come *sattvica*."

La definizione di carità include la donazione di qualsiasi ammontare di denaro, oggetti di valore di qualsiasi tipo e specialmente cibo, abiti e accessori necessari come ombrelli e scarpe, strumenti di lavoro, oggetti utili, animali utili (specialmente mucche), o anche il proprio lavoro in attività *pro bono* come medici, avvocati, consulenti o in altre professioni.

Il valore della donazione non dovrebbe essere calcolato dal punto di vista monetario, ma secondo lo spirito o la motivazione che l'hanno ispirata, e dalla quantità di sacrificio personale che si investe. Per esempio, un dono offerto da un uomo che ha scarsi mezzi finanziari porterà maggiori risultati rispetto a una grande quantità di denaro o altri valori offerti da un ladro che li ha rubati senza essere scoperto.

Abbiamo già visto che le azioni in *sattva* portano felicità e purificazione, quelle compiute con avidità portano sofferenza e ansietà, e quelle compiute in ignoranza portano degradazione, illusione e pazzia. In questo capitolo, Krishna illustra le "tendenze religiose spontanee" delle persone che non hanno conoscenza degli *shastra* e semplicemente seguono i propri *guna* o qualità naturali (bontà, avidità o stupidità).

Certamente la carità costituisce un fattore importante nella religione, e se vogliamo situarci in *sattva*, quando diamo qualcosa

è importante sapere a chi stiamo dando, e come sarà usato il nostro dono, perché dovremo accettare una parte delle conseguenze delle azioni rese possibili dal nostro atto di carità.

Questo verso menziona chiaramente i tre fattori principali dell'azione: *desa* (luogo), *kala* (momento) e *patra* (la persona), perché diverse circostanze richiedono azioni diverse.

Il fattore *patra* è il più importante di tutti: per esempio, la carità migliore da dare a qualcuno che ha fame è l'offerta di cibo adatto. Se diamo del denaro a una persona che dice di aver fame, non possiamo essere sicuri che acquisterà davvero del cibo adatto; nelle società degradate i mendicanti preferiscono comprare liquori o altri intossicanti che danno dipendenza, o usare il denaro per giocare d'azzardo. A volte sono addirittura costretti a pagare alla criminalità organizzata delle forti percentuali di ciò che raccolgono, perciò la nostra azione, pur essendo bene intenzionata, porterà cattivi risultati karmici. Se un mendicante protesta di aver fame ma rifiuta del cibo adatto (cosa molto frequente) oppure maltratta deliberatamente dei bambini per usarli come strumenti per manipolare emotivamente il sentimentalismo della gente, la vostra donazione vi renderà suo sostenitore e complice.

Anche il momento e il luogo dell'atto di carità sono importanti. Gli *smriti shastra* spiegano che ci sono momenti di buon augurio e luoghi sacri dove gli atti di carità diventano più potenti, perché incoraggiano le persone a incontrarsi con uno scopo positivo e a stabilire relazioni di rispetto e affetto che non sono basate su identificazioni e attaccamenti materiali. Questi momento convenzionali sono elencati principalmente come le eclissi (solari e lunari), l'inizio del mese solare (*sankranti*), la luna piena (*puṇnima*), oppure i grandi festival o *yajna*. In questo verso il termine *smritah* ("sono ricordate") indica inoltre che la vera carità *sattvika* rimane per sempre nella memoria delle persone, a ispirare molti altri a seguire il buon esempio.

Di solito la gente crede semplicemente che la carità debba essere data ai poveri, agli handicappati, agli abbandonati, ai sofferenti e agli oppressi per alleviare le loro sofferenze; perciò danno denaro a qualsiasi mendicante incontrino, senza fare domande, perché sentono che è loro dovere aiutare il prossimo che si trova nel bisogno. La carità è anche una importante fonte di entrate per le varie denominazioni religiose, e talvolta viene presentata come obbligatoria, come la *decima* (cioè un decimo delle entrate di ogni fedele) o la tassa *halal* (su vari alimenti) richiesta dalle fedi abramiche. Un membro della congregazione sente che è suo dovere contribuire denaro regolarmente e anche di volta in volta nelle occasioni speciali. In linea di principio non è una cosa negativa, perché la carità viene raccomandata universalmente come pratica profondamente religiosa - il sacrificio delle risorse guadagnate con il proprio duro lavoro, offerte per il servizio alla società come corpo di Dio. Condividere le proprie ricchezze con le persone giuste (*patra*, "recipiente") è fonte di soddisfazione interiore, felicità e fortuna. In questo modo creiamo buon *karma* che ci tornerà indietro quando noi stessi ci troveremo nel bisogno.

Per portare veramente questi benefici alla società e all'individuo, la carità deve essere fatta con attenzione e secondo i principi della bontà (*sattva*) senza l'influenza di avidità e ignoranza (*rajas* e *tamas*). La qualità principale di *sattva* è saggezza - conoscenza o intelligenza - e quindi prima di tutto dobbiamo comprendere qual è il nostro vero dovere e come compierlo adeguatamente. E' detto che la strada per l'inferno è lastricata di buone intenzioni, e certamente le buone azioni che non sono sostenute dalla giusta intelligenza e conoscenza possono ritorcersi orribilmente danneggiando tutte le persone coinvolte.

Qui dobbiamo fare una chiara distinzione tra una società sana e una società degradata, perché in una società sana i cittadini ordinari donano cibo e ricchezze ai mendicanti con fiducia,

sapendo che si tratta di persone veramente in difficoltà che hanno temporaneamente bisogno di un po' di aiuto. In una società sana non ci sono mendicanti professionisti che si arricchiscono manipolando la compassione della gente, perché il re si assicura che tutti siano adeguatamente impegnati nei loro doveri sociali. Gli unici mendicanti abituali sono le persone religiose rinunciate, come i *brahmachari* e *sannyasi*, che si comportano in modo sattvico e santo, e non fanno mai leva sulla pietà delle persone con uno spettacolo di degradazione personale. Anzi, proprio l'opposto: i *brahmachari* e *sannyasi* dedicano tutto il loro tempo e le loro energie alla conoscenza spirituale - studiando e distribuendo l'essenza degli *shastra* - e perciò costituiscono una parte importante della grande famiglia che è la società umana. Sono i figli e i nonni di tutti, e i *grihasta* (le persone di famiglia) li nutrono con rispetto e affetto, per dovere, stabilendo una relazione sattvica che non è macchiata da identificazione e attaccamento materiali (come sarebbe se questi figli e nonni fossero rimasti nella propria casa). Questa carità è molto benefica anche per i *grihasta*, perché imparano a prendersi cura degli altri senza esercitare egoismo, avidità o il bisogno di controllare le persone che dipendono da loro.

La parola *datavyam* ("che va dato per dovere") è importante perché definisce i confini del dovere appropriato secondo la propria posizione nella società, secondo la giustizia e il giusto funzionamento della società, secondo il proprio debito naturale (*rina*) verso il mondo che viene pagato con i cinque grandi *yajna* (*brahma yajna*, *pitri yajna*, *deva yajna*, *bhuta yajna*, *nara yajna*), e così via. Il nostro dovere è sostenere le persone buone (la nostra famiglia personale e la nostra famiglia allargata, e persino gli antenati o *pitri*) in numero ragionevole, ricambiare i doni e i favori che riceviamo (con il *dakshina* al *guru* e ai *brahmana*), prenderci cura dei viandanti (*atithi seva*) e delle altre brave persone che potrebbero occasionalmente avere bisogno di assistenza

(*manava seva* o *nara yajna*), nutrire gli animali buoni (*bhuta yajna*) e partecipare alla vita collettiva dell'universo, ciascuno secondo la propria ragionevole misura. Queste attività sono sufficienti e non abbiamo bisogno di accollarci altri fardelli oltre a quello che possiamo trasportare. E' detto "la carità comincia a casa propria" e non dovremmo mai trascurare la nostra evoluzione personale o i veri bisogni della nostra famiglia e comunità, per correre dietro a qualche crociata idealistica mirata a "salvare il mondo".

Lavorare per combattere la povertà nella società e a livello globale è un lavoro a tempo pieno, il dovere degli *kshatriya* e dei *brahmana* che sono abbastanza competenti e intelligenti da compiere le azioni appropriate. Lo stesso vale per alleviare le sofferenze delle vittime di disastri naturali o altre calamità principali, come le guerre e le persecuzioni. Una persona intelligente sarà capace di vedere i pericoli delle donazioni poco informate che possono facilmente essere dirottate da organizzazioni o individui corrotti, fino all'estremo di *asura* avidi che sfruttano la stupidità del pubblico, provocando in realtà maggiori sofferenze e vittime per creare maggiore richiesta sul "mercato della beneficenza" per il loro profitto. Alcuni "leader religiosi" si affollano come avvoltoi in anticipazione frenetica ogni volta che scoprono qualche disastro naturale, perché la confusione, il dolore e la disperazione delle vittime le rendono vulnerabili alle campagne di conversione aggressiva basate sul ricatto e la manipolazione emotiva. Il re di una nazione è l'unica persona responsabile e qualificata a condurre le operazioni di soccorso nel proprio regno, e non dovrebbe permettere a nessun altro di agire indipendentemente a questo proposito, nemmeno alle organizzazioni internazionali. La popolazione locale può aiutare i propri vicini, ma semplicemente per dovere verso i membri della comunità come famiglia allargata.

A questo proposito dobbiamo chiarire che la parola "comunità" indica "persone con interessi comuni che vivono in una particolare zona" come vicini di casa, e non ha niente a che vedere con la categorizzazione delle persone secondo la loro nascita (classe sociale, casta, religione di nascita eccetera). Limitare la collaborazione sociale attraverso il pregiudizio di nascita o la fedeltà ideologica o politica a un particolare gruppo è un'attività colpevole che va corretta, perché perpetua divisioni artificiali, risentimento, odio e invidia, e dà alle persone la motivazione sbagliata per impegnarsi nella carità.

Questo ci porta al secondo fattore menzionato nel verso: *anupakarine*, o "senza aspettarsi nulla in cambio per sé stessi", che è l'esatto opposto di *dambhena* ("con ostentazione e ipocrisia", 16.17, 17.18). La carità politica (inclusa la carità politica travestita da carità religiosa) è intesa a creare o rafforzare la fedeltà elettorale e certamente non è priva di egoismo, perciò non può portare buoni risultati. Al contrario, incoraggerà i beneficiari in generale a diventare irresponsabili e a dipendere dalle elargizioni, sviluppando una mentalità da accattonaggio quando invece potrebbero lavorare onestamente e prendersi cura di sé stessi e dei propri subordinati. In casi estremi, questi beneficiari politici potrebbero persino diventare arroganti ed esigere privilegi speciali come nel famigerato "sistema di preferenza" applicato in India per favorire le cosiddette "minoranze" senza alcuna considerazione di merito o necessità.

Il dovere del governo (del re) è di impegnare ciascuno nel proprio *sva dharma* secondo il loro individuale *guna* e *karma*, e sostenere ciascuno nello sviluppo del proprio vero potenziale. La prima base per questo lavoro è il concetto di *dharma*, il lavoro privo di egoismo che viene svolto per sostenere la società. Senza insegnare questo concetto in teoria e in pratica (attraverso l'esempio dei *srestha*, 3.21), un governo non può che fallire.

Le persone nel governo e i leader devono dimostrare di avere doveri professionali molto specifici e svolgerli nel giusto spirito, altrimenti nessuna legislazione e nessun piano potranno mai migliorare le condizioni della società. Una quantità maggiore di leggi potrà soltanto creare maggiori difficoltà alle brave persone a causa delle complicazioni burocratiche e alle restrizioni cieche che possono essere facilmente sfruttate da persone male intenzionate, e la corruzione non potrà che aumentare. Le brave persone non hanno bisogno di leggi per comportarsi bene, e le persone cattive troveranno sempre un modo per aggirare le leggi o le violeranno senza curarsi della severità delle punizioni minacciate. In effetti, troppe leggi manterranno il personale governativo indaffarato con faccende minime, mentre i criminali rimangono liberi di commettere qualsiasi aggressione o danno, protetti da avvocati svergognati e polizia e magistratura corrotte.

Dovrebbe esserci una sola legge: che chiunque cerchi di commettere un qualsiasi tipo di aggressione contro una persona pacifica (umana o animale) dovrebbe essere fermato immediatamente, e il dovere degli *kshatriya* è di aiutare quelle persone deboli che non sono personalmente in grado di respingere questi aggressori (*atayinah*). Se quest'unica legge viene rispettata, tutti i membri della società saranno liberi di lavorare senza egoismo, ciascuno secondo le proprie capacità o *sva dharma*, per il bene della società intera, e non ci saranno povertà o ingiustizia. Questo significa che non ci saranno persone bisognose, oppresse, senz'altro, indigenti, abbandonate, degradate o emarginate - e quindi i cittadini ordinari non dovranno assumersene la responsabilità. La carità per gli indigenti e le vittime di tragedie è dovere soltanto degli *kshatriya*, che sono responsabili per la protezione e il mantenimento dei *praja*; i cittadini ordinari già contribuiscono a questo lavoro pagando tasse e tributi ragionevoli al governo, e non dovrebbero essere tenuti ad assumersi ulteriori responsabilità.

Se un cittadino privato ha ricchezze in eccesso e desidera dividerle con la società dopo aver compiuto tutti i propri doveri personali, può fare una donazione a un *brahmana* qualificato, che non solo distribuirà il cibo adatto e gli altri generi di prima necessità alle persone bisognose e meritevoli, ma sarà anche capace di educare e guidare questi sfortunati nel loro sviluppo personale, in modo che non rimarranno indefinitamente nel bisogno. Di nuovo, qui è importante comprendere che i *brahmana* non condizionano mai la loro assistenza sociale a conversioni o legami di fedeltà settaria, ma sostengono gli individui a seconda dei loro meriti e bisogni, in modo che possano diventare autosufficienti e membri utili della società. Questi meriti sono valutati esclusivamente sulla base dei principi naturali e universali dell'etica. Inoltre, qualsiasi nato due volte (*dvija*, che include *brahmana*, *kshatriya* e *vaisya*) può celebrare uno *yajna* tradizionale, che è l'opportunità migliore di distribuire buon cibo, abiti e articoli utili a tutti i partecipanti, incoraggiando così la popolazione in generale a partecipare e assorbire la conoscenza e i sentimenti dharmici. La partecipazione a questi eventi è tradizionalmente aperta a tutti, senza considerazioni di qualificazioni o posizione. Vediamo nelle storie dei *Purana* che persino i cani e gli altri animali venivano nutriti sontuosamente e onorati durante gli *yajna*.

Il *karta* (che compie lo *yajna*) dovrebbe compiere questo dovere senza egoismo, senza aspettarsi qualche beneficio o servizio in cambio, ricompensa o anche gratitudine dai beneficiari, perché tale motivazione distruggerebbe i risultati eterni della sua religiosità. Non dovrebbe nemmeno aspettarsi fama e gloria, o il paradiso per sé o i suoi, poiché quella non sarebbe carità ma un pagamento o transazione d'affari. Vedremo nel prossimo verso che questo tipo di carità in *rajas* porta solo risultati temporanei.

VERSO 21

यत्तु प्रत्युपकारार्थं फलमुद्दिश्य वा पुनः ।

yattu pratyupakārārtham phalamuddiśya vā punaḥ ।

दीयते च परिक्लिष्टं तद्दानं राजसं स्मृतम् ॥ १७-२१ ॥

diyate ca parikliṣṭam taddānam rājasam smṛtam ॥ 17-21 ॥

yat: che; *prati upakara:* per ottenere qualcosa in cambio; *artham:* allo scopo di; *phalam:* risultato; *uddiśya:* desiderando; *va:* oppure; *punaḥ:* di nuovo; *diyate:* viene dato; *ca:* e; *pariklistam:* senza buon sentimento; *tat:* quella; *danam:* carità; *rajasam:* in *rajas guna;* *smrtam:* viene ricordata.

"La carità compiuta con il desiderio di ottenere qualcosa in cambio, procurarsi un vantaggio materiale, o senza un sentimento favorevole, è ricordata come in *rajas*.

La carità data nel momento giusto, nel posto giusto e alla persona giusta, senza aspettarsi niente in cambio, è considerata nella modalità di *sattva* e conferisce benefici eterni, mentre la carità compiuta aspettandosi qualcosa in cambio è considerata nella modalità di *sattva* e dà eterni benefici, mentre quella compiuta aspettandosi un compenso o data contro voglia è nella modalità di *rajas* e porterà risultati temporanei. La carità data senza considerare tempo, luogo e persona, senza rispetto e affetto, è sotto la modalità di *tamas* e non porterà alcun buon risultato. Generalmente *rajas* e *tamas* tendono a sovrapporsi, poiché avidità ed egoismo rendono le persone cieche e sorde alla ragione e alla conoscenza, perciò un materialista finisce per comportarsi molto stupidamente e a proprio svantaggio, sempre fortemente convinto che sta agendo per il proprio bene.

L'espressione *prati upakara*, che indica l'intenzione di ottenere qualche beneficio in cambio, qualche vantaggio, è opposta rispetto al termine *anupakara* menzionato nel verso precedente. Gli stupidi potrebbero male interpretare questo concetto affermando che la carità è priva di egoismo soltanto se chi la compie non sa e non cerca di sapere come viene speso il suo denaro e chi ottiene i benefici, poiché in questo modo non ci saranno complicazioni dovute a contatti personali e interessi. Ma l'ignoranza non è un sintomo di *sattva*: è *tamas* e non porterà risultati positivi. Poiché gli stupidi sono regolarmente presi di mira dai piani di sfruttamento degli *asura* (17.19), chi agisce in *tamas* attirerà immediatamente l'attenzione dei truffatori. Gli imbrogliatori non avrebbero tanto successo se non ci fossero così tante persone che sono pronte ad essere imbrogliate e viceversa, quando *asura* e truffatori salgono al potere, la loro prima preoccupazione consiste nell'idiotizzare la massa della popolazione in tutti i modi possibili - lavaggio del cervello con la propaganda, occultamento di informazioni e diffusione di false informazioni, restrizioni nella cultura e persino danni fisici al cervello attraverso sostanze tossiche inquinanti somministrate attraverso l'acqua potabile, gli alimenti industriali e persino i dentifrici.

Questo verso mette nuovamente in risalto il fatto che il fattore veramente importante è il motivo dell'azione. L'azione stessa, che la gente può osservare esteriormente, non è l'unico fattore nei risultati karmici come credono generalmente le persone ignoranti. Un coltello affilato può venire usato per tagliare l'addome di un essere umano, ma se l'azione viene compiuta con cognizione di causa per rimuovere un tumore maligno o un'appendice gravemente infiammata, il risultato sarà salvare la vita del paziente. D'altra parte se il coltello viene usato da un assassino che vuole infliggere una morte dolorosa a una persona innocente, l'azione porterà risultati karmici terribili. Similmente l'atto di donare qualcosa in carità potrebbe sembrare superficialmente lo

stesso in tutti i casi, ma le motivazioni del donatore costituiscono una enorme differenza per tutte le persone coinvolte.

La maggior parte degli esseri umani vive sotto l'influenza di *rajas*, con alcune tracce di *sattva* o *tamas*, perciò la carità viene solitamente soggetta a motivazioni di avidità, grossolane o sottili. Sul livello più basso si fa la carità per diventare famosi e rispettati, e per ottenere una posizione migliore in società - come abbiamo visto nell'esempio dei politici. Il risultato di questa carità viene velocemente consumato dal vantaggio materiale immediato che si ottiene.

Un'altra motivazione molto diffusa della carità è la purificazione o l'espiazione per cattive azioni che si sono commesse consapevolmente o inconsapevolmente; persino i boss del crimine organizzato sono ansiosi di fare donazioni, specialmente alle affiliazioni religiose alle quali appartengono, sperando che questa carità neutralizzi il *karma* negativo che hanno creato. Quello che vogliono è una specie di "servizio divino per il riciclaggio di denaro sporco", ma poiché continueranno a commettere gli stessi crimini e attività colpevoli, gli effetti positivi sono trascurabili. La maggior parte delle persone desiderano soltanto sentirsi soddisfatte di sé stesse, per gonfiare il proprio ego e vanità, specialmente se soffrono di scarsa autostima. A un livello superiore abbiamo persone che fanno la carità soltanto perché ne ricavano delle esenzioni dalle tasse o altri benefici; questa particolare motivazione può essere comunque elevata a un livello *sattvico* se scelgono di dirigere le loro donazioni verso persone che sanno veramente essere oneste e qualificate, e per cause verificate come *dharmiche*.

A un livello ancora più alto troviamo coloro che vogliono ottenere meriti religiosi (*punya*) per migliorare la loro situazione e fortuna in questa vita e nella prossima. Tutte le famose preghiere e recitazioni dagli *shastra* sono tradizionalmente accompagnate da

versi di *phala sruti* che illustrano le benedizioni e i vantaggi materiali che si possono ottenere grazie alla loro pia lettura. La stessa cosa vale per la carità. Per molte persone, il risultato desiderato è il raggiungimento del paradiso o *svarga*, i sistemi planetari superiori dove saranno in grado di vivere molto a lungo in un corpo perfetto, circondati da piaceri celestiali. Anche questa motivazione è materiale, e una volta che questi meriti pii sono esauriti, dovranno tornare alla condizione umana per guadagnarne ancora: *te tam bhuktva svarga lokam visalam ksine punye martya lokam visanti, evam tryi dharmam anuprapanna gatagatam kama kama labhante*, "Dopo un lunghissimo periodo passato nei piaceri di Svargaloka, coloro che hanno esaurito i propri meriti virtuosi ricadono al livello dei mortali. In questo modo, seguendo strettamente la via dei tre *dharm*a, sviluppano una lussuria per i desideri e continuano a rinascere e morire" (9.21).

La carità può anche essere motivata da una mistura di *rajas* e *tamas*, indicata qui dal termine *pariklistam*, "senza sentimenti positivi", o anche "con risentimento" o "malvolentieri". Si può essere costretti a fare la carità per ordine dei propri superiori (genitori, insegnanti, funzionari del governo, leader religiosi eccetera) o anche su richiesta di un coniuge o di un amico, perché tutti gli altri stanno dando e si ha paura di venire criticati. Questo accade spesso per i regali offerti per le feste di compleanno o altre occasioni simili alle persone non buone; ci si sente obbligati a comprare qualcosa da dare, ma non ci sono buoni sentimenti.

Spesso si è costretti a dare qualcosa a un mendicante per liberarsi dal fastidio, specialmente quando gli accattoni professionisti ricorrono alla strategia del "disturbo", chiamando ad alta voce per lungo tempo, seguendo le persone mentre camminano o toccandole o tirando loro il vestito, la mano, la gamba e così via. In questa strategia, il mendicante professionista può anche sfruttare un proprio odore offensivo o aspetto repellente creato a bella posta,

che rende la sua presenza e il suo contatto molto spiacevoli. In entrambi i casi non ci sono affetto o rispetto o buoni sentimenti nell'atto del dare, e anzi si crea il sentimento opposto in entrambe le persone - risentimento, invidia, disprezzo, odio, e così via. Questa particolare situazione è illustrata anche nel verso seguente che discute della carità compiuta sotto l'influenza di *tamas*.

VERSO 22

अदेशकाले यद्दानमपात्रेभ्यश्च दीयते ।

adeśakāle yaddānamapātrebhyaśca dīyate ।

असत्कृतमवज्ञातं तत्तामसमुदाहृतम् ॥ १७-२२ ॥

asatkṛtamavajātaṁ tattāmasamudāhṛtam ॥ 17-22 ॥

adesa kale: senza considerazione per luogo e tempo; *yat*: che; *danam*: carità; *apatrebhyah*: senza considerare il beneficiario; *ca*: e; *dīyate*: viene data; *asat kritam*: senza rispetto; *avajnatam*: senza conoscenza/ consapevolezza; *tat*: quella; *tamasam*: in *tamas guna*; *udahritam*: è detta (essere).

"La carità che viene data senza la giusta considerazione di tempo, luogo e destinatario, senza rispetto o giusta conoscenza, viene considerata in *tamas*.

La carità influenzata dall'ignoranza non porta benefici e dovrebbe essere evitata del tutto. Vediamo che spesso le persone stupide confondono *tamas* con *sattva*, e credono che i loro atti di carità siano i migliori perché non verificano dove finiscono le loro donazioni ("non sappia la tua mano destra cosa dà la sinistra"), quando in realtà stanno semplicemente illudendo sé stessi e causando danni a tutti, come dicevamo prima.

Chi riceve una carità mal fatta viene incoraggiato a sviluppare una mentalità servile, dipendente e irresponsabile, a dire menzogne e presentare i fatti in modo distorto, a partecipare alla corruzione, a diventare arrogante e sfruttare, e così via. In alcuni casi, il beneficiario si sentirà umiliato, spaventato e impotente a causa di questa dipendenza e servilismo, perderà in autostima e quindi le sue relazioni personali ne soffriranno, diventerà depresso o svilupperà rabbia, invidia e risentimento verso il donatore, pensando che la differenza tra lui e il donatore è dovuta a qualche ingiustizia sociale, e che in quanto povero è stato sfruttato e usato. Questo può causare agitazione sociale e persino incoraggiare aggressioni e violenze criminali, come anche abuso di stupefacenti, alcolismo e altri problemi sociali.

Questo succede specialmente quando la carità viene data senza rispetto o addirittura con disprezzo (*asat kritam*), in casi estremi persino con l'intenzione di insultare chi riceve il dono. L'*asat karah* pensa, "Guarda questo povero disgraziato, questo derelitto rifiuto umano. Mi fa pietà perché è così degradato e io sono una così brava persona, e così gli farò la carità". Talvolta questa dimostrazione di arroganza viene motivata da qualche piccolo inconsapevole senso di colpa, che viene messo ben presto a dormire con una glorificazione dell'ego.

L'insulto può essere consapevole o inconsapevole, espresso verbalmente o sottinteso, o dimostrato dall'azione stessa, per esempio dando una persona qualcosa che non può utilizzare - un pettine a chi è senza capelli, una bicicletta a un paralitico, libri illustrati a un cieco, abiti sessualmente provocatori a una donna modesta, o un hamburger di manzo a un vegetariano. Certamente questo include gli atti di carità di coloro che donano medicinali tossici e/ o scaduti, cibo guasto, oggetti rotti o spazzatura di vario genere. Nella tradizione vedica, secondo l'etichetta bisogna stare attenti a chi si danno vestiti e scarpe usati, perché tale azione viene

considerata una dichiarazione ufficiale della posizione sociale inferiore e della minore rispettabilità di chi riceve il dono.

Il termine *avajnatam* significa "senza attenzione, senza cura, senza preoccuparsi di conoscere", poiché *avajna* significa "mancanza di attenzione" e persino "disprezzo" verso il *patra* ("ricevente"). Questo collega strettamente l'azione alle tre parole chiave *adesa akale apatrebyah*, che sono la dimostrazione di questa mancanza di cura. *Adesa* ("in un luogo inadatto" e *akale* ("in un momento inadatto") si riferiscono al comportamento casuale di un donatore che getta il proprio dono per terra o lo porge in un contenitore inappropriato (sporco, contaminato, rotto), dà l'offerta in presenza di persone negative, o avvicina il destinatario in un momento sconveniente - di notte, mentre sta dormendo, mentre è impegnato in funzioni fisiche e così via.

Il termine *apatrebhyah*, "a coloro che non dovrebbero ricevere" si riferisce ai doni sprezzanti menzionati sopra ma anche ai destinatari indegni, come i falsi mendicanti e le organizzazioni adharmiche che si presentano come benefiche ma in realtà hanno motivazioni differenti. In questo caso, *apatrebhyah* può essere tradotto anche come "senza un beneficiario" o "a beneficiario sconosciuto".

Come abbiamo già detto, purtroppo nelle società degradate ci sono accattoni professionisti che sfruttano i buoni sentimenti del pubblico e talvolta raccolgono grandi quantità di denaro, spesso fingendo di essere fisicamente handicappati o portandosi in giro un bebé addormentato (di solito drogato pesantemente e a volte persino rapito dalla sua vera famiglia). "Fare la carità" a persone di questo genere non crea buon *karma* per nessuno, poiché i truffatori e i manipolatori sono incoraggiati a continuare nelle loro attività senza fare alcun progresso nella loro evoluzione personale. Specialmente se un mendicante dice che ha fame ma non vuole accettare cibo puro e sano, è meglio non dargli proprio niente.

Per mettere alla prova il carattere di un mendicante di strada, dategli una monetina del valore minimo e osservate le sue reazioni: se apprezza il dono potete dargli qualcosa di più, ma di solito gli accattoni professionisti sdegnano e rifiutano gli spiccioli e pretendono una cifra più sostanziosa.

Spesso le persone fanno donazioni a organizzazioni di assistenza, governative o non governative, e credono di aver fatto la loro parte, il loro dovere. Hanno una fiducia implicita che tali organizzazioni utilizzeranno i fondi nel modo migliore possibile, e non cercano mai di verificare i fatti dietro la propaganda, o di mettere in discussione le linee d'azione e le loro implicazioni. Generalmente il senso di dovere è determinato dalla fedeltà personale del donatore all'Organizzazione o all'ideologia che presenta, religiosa o non religiosa. A volte il sentimento di dovere viene soddisfatto scegliendo un'organizzazione che sia approvata dal governo o dalle agenzie internazionali, o che sia abbastanza grande e famosa. Purtroppo queste non sono garanzie sufficienti che la vostra donazione porterà buoni risultati karmici, perché non sapete veramente in che modo sarà usato il vostro denaro (e le inchieste sono scoraggiate). Tra i professionisti del campo è risaputo che le organizzazioni più grandi spendono normalmente una percentuale enorme delle loro entrate in pubblicità, alleanze politiche e giochi di potere, o addirittura in faccende più oscure. Di solito non più di un quarto delle donazioni raccolte arriva effettivamente ai presunti beneficiari o è usato per loro, e anche in questo caso quelli che ricevono l'assistenza vengono spesso ricattati perché si convertano a una religione o forniscano prestazioni sessuali ai lavoratori delle organizzazioni. Talvolta il grosso delle donazioni è usato in modo più sinistro, come nel caso delle organizzazioni terroriste occulte (spesso basate su ideologie abramiche) che commettono gravi crimini - omicidi, stupri, distruzione di proprietà, persecuzione di dissidenti, acquisizione e uso di armi di vario genere e così via.

E' importante comprendere che le persone che contribuiscono fondi a tali organizzazioni sono complici di questi crimini e ne condivideranno le conseguenze karmiche. L'ignoranza non è una scusa.

VERSO 23

ॐ तत्सदिति निर्देशो ब्रह्मणस्त्रिविधः स्मृतः ।

omtatsaditi nirdeśo brahmaṇastrividhaḥ smṛtaḥ ।

ब्राह्मणास्तेन वेदाश्च यज्ञाश्च विहिताः पुरा ॥ १७-२३ ॥

brāhmaṇāstena vedāśca yajñāśca vihitāḥ purā || 17-23 ||

om tat sat: om tat sat; iti: così; nirdesah: indicazione; brahmanah: del Brahman; tri vidhah: tre tipi di; smrtah: viene ricordato/ secondo la smrti; brahmanah: coloro che conoscono il Brahman; tena: con quello; vedah: i Veda; ca: e; yajnah: sacrificio; ca: e; vihitah: prescritto; pura: dai tempi antichi.

"Om tat sat: queste (parole) sono ricordate come i tre riferimenti al Brahman. Fin dai tempi più antichi, i brahmana (le applicano) allo (studio dei) Veda e al compimento dei sacrifici rituali.

In questo capitolo Krishna ha illustrato le attività religiose compiute spontaneamente secondo i tre *guna* materiali da coloro che non conoscono gli insegnamenti degli *shastra*, dimostrando che le persone sattviche si comportano naturalmente in modo buono secondo i principi universali ed eterni dell'etica naturale chiamati *dharma*, e che sono il fondamento stesso della conoscenza offerta negli *shastra*.

Le scritture vediche però contengono molto di più delle istruzioni e spiegazioni dei principi etici naturali. Gli *shastra* contengono la registrazione delle attività e degli insegnamenti di personalità spirituali straordinariamente potenti, che risalgono fino agli albori della creazione, come anche le scoperte dirette, le realizzazioni e le esperienze dei grandi Rishi che compilarono i testi. Questi grandi saggi perfezionarono il loro pieno potenziale e raggiunsero lo scopo supremo della vita, così che quando studiamo ciò che hanno scritto, possiamo beneficiare del loro successo sia nel campo materiale che nel campo spirituale-

Le scritture vediche offrono un gran numero di tecniche e metodi scientifici e perfettamente studiati per lo sviluppo personale, un sistema preciso e integrato di collaborazione sociale/ globale, molte storie e conversazioni che illustrano la conoscenza di *dharma* e le leggi dell'universo e della natura, esempi di azioni buone e cattive e dei loro risultati, e via dicendo. Soprattutto, parlano dello scopo della vita umana (*purusha arthas*), spiegati come *dharma*, *artha*, *kama* e *moksha* - rispettivamente comportamento etico (o collaborazione sociale), acquisizione di cose di valore, soddisfazione dei desideri dei sensi e liberazione dai condizionamenti. Esiste però un *purusha artha* più alto, che si può raggiungere dopo *moksha*, e che è illustrato da Krishna nel verso 18.54 a conclusione dei suoi insegnamenti nella *Bhagavad gita*. Questo supremo scopo della vita consiste nello *yoga* (unione) dell'*atman* e del *brahman*, ed è chiamato anche "realizzazione del sé" perché costituisce il compimento della natura intrinseca e originaria del sé. In sé, *moksha* è semplicemente la liberazione dai condizionamenti materiali (identificazioni e attaccamenti) e libertà dall'influenza dei *guna* materiali, perciò non può costituire lo scopo più alto della vita.

Facciamo un esempio: l'anima condizionata è come un prigioniero incatenato e confinato in una buia cella, senza alcun potere sulla

propria vita e sulla propria situazione. Coltivando le giuste attività e il giusto atteggiamento, il carcerato può qualificarsi per venire rilasciato dalla prigione, e questo è chiamato "liberazione" o libertà. Essere libero, però, non è sufficiente a renderlo felice in modo permanente. L'idea di libertà è che dovrebbe essere usata per impegnarsi in attività significative e gioiose, perciò dopo aver lasciato la prigione ha bisogno di una comunità che lo sostenga, di interessi costruttivi, un lavoro soddisfacente, un buon posto dove vivere, buone relazioni e via dicendo, altrimenti si annoierà e rischierà persino di ricadere nei vecchi legami.

Troviamo un chiaro avvertimento nelle istruzioni di Krishna a Uddhava: *ya esam purusam saksad atma prabhavam isvaram, na bhajanty avajananti sthanad bhrastah patanty adhah*, "Chi si rifiuta di servire il Signore supremo, il Purusha che è l'origine dell'anima individuale, cadrà dalla propria posizione" (*Bhagavata Purana* 11.5.3). Lo stesso punto è stato messo in evidenza dai Deva nelle loro preghiere a Krishna prima della sua apparizione: *ye 'nye 'ravindaksa vimukta maninas, tvayy asta bhavad avisuddha buddhyah, aruhya krcchrena param padam tatah, patanty adho 'nadrtā yusmad anghrayah*, "O Signore dagli occhi di loto, coloro che si considerano liberati ma non hanno elevato la propria intelligenza al livello di *visuddha sattva* potranno raggiungere una posizione molto alta grazie ai propri sforzi, ma finiranno per ricadere (nei condizionamenti materiali) se non sono interessati a conoscere e servire i tuoi piedi" (*Bhagavata Purana* 10.2.32).

La stessa istruzione era anche all'inizio del *Bhagavata*: *sa vai pumsam paro dharmo, yato bhaktir adhoksaje, ahaituki apratihata yayatma suprasidati*, "Il dovere supremo per tutta l'umanità è ciò per cui gli esseri umani possono raggiungere il servizio d'amore e devozione al Signore trascendentale. Questo servizio devozionale deve essere ininterrotto e libero da motivazioni egoistiche, altrimenti non potrà soddisfare completamente il sé" (*Bhagavata*

Purana 1.2.6), e *dharmah svanusthitah pumsam, visvaksena kathasu yah, notpadayed yadi ratim, srama eva hi kevalam*, "Il compimento dei propri doveri diventa un peso quando non ci ispira a diventare attaccati al Supremo" (*Bhagavata Purana* 1.2.8).

Dunque fin dagli albori della creazione (*pura*, "nei tempi antichi"), l'insegnamento tradizionale (*smriti*) della conoscenza vedica ha sempre guidato (*nirdesah*) tutti gli studenti verso la meditazione sul Supremo, il Brahman eterno, con le tre parole *om, tat, sat*, indicando l'*atman/ brahman* e la consapevolezza trascendentale che sono personificati in Yajna, Vishnu. Questa è la somma e la sostanza del concetto di *vedanta*, "la conclusione/ il fine/ lo scopo dei *Veda*".

E' importante comprendere che tutte e tre queste sillabe si riferiscono al Supremo. La sacra sillaba *om*, il *pranava omkara*, è la più famosa e potente, poiché costituisce il suono primordiale della creazione e della vita, ed è composto dai blocchi di esistenza fondamentali o *tattva* (A, U, M, e *anusvara*). La recitazione dell'*omkara* evoca il ricordo del Supremo, ma non costituisce un'esplicita offerta delle nostre azioni; questo viene fatto pronunciando le sillabe *tat* e *sat*.

La parola *tat* significa letteralmente "quello" e può essere applicata a un vasto territorio di meditazione, per focalizzarsi su Atman, Brahman, Paramatma e Bhagavan nelle sue molte forme e funzioni. Insieme con *om, tat* rafforza la consapevolezza dello scopo superiore della vita come piena dedizione alla Consapevolezza suprema. In termini correnti, potremmo dire, "la realizzazione di Dio è lo scopo della mia vita e delle mie azioni". La parola *sat* indica bontà, esistenza, eternità, trascendenza e spirito, come abbiamo commentato altre volte; insieme con *om* e *tat*, esprime lo scopo eterno e trascendentale delle nostre azioni, elevandole al di sopra dei tre *guna* e del ciclo di nascite e morti nell'universo materiale.

Questo era confermato anche nel verso 4.24: *brahmarpanam brahma havir brahmagnau brahmana hutam, brahmaiva tena gantavyam brahma karma samadhina*, "Lo scopo di queste azioni è trascendentale, le offerte sono trascendentali, il fuoco è trascendentale, l'atto dell'offerta è trascendentale, lo scopo da raggiungere è trascendentale, e la consapevolezza è trascendentale".

La parola *pura*, "fin dai tempi antichi", dimostra che il metodo tradizionale vedico è stato praticato per moltissimo tempo prima dell'apparizione di Krishna, che viene calcolata a circa 5000 anni fa.

VERSO 24

तस्मादोमित्युदाहृत्य यज्ञदानतपःक्रियाः ।

tasmādomityudāhṛtya yajñadānatapaḥkriyāḥ ।

प्रवर्तन्ते विधानोक्ताः सततं ब्रह्मवादिनाम् ॥ १७-२४ ॥

pravartante vidhānoktāḥ satatam brahmavādinām ॥ 17-24 ॥

tasmat: perciò; *om*: om; *iti*: così; *udahrtya*: indicando; *yajna*: nei sacrifici; *dana*: nella carità; *tapah*: nelle austerità; *kriyah*: in tutte le pratiche religiose; *pravartante*: iniziano; *vidhana uktah*: secondo le indicazioni delle scritture; *satatam*: sempre; *brahma vadinam*: di coloro che seguono il Brahman.

"Perciò coloro che seguono il Brahman secondo gli insegnamenti delle scritture iniziano sempre i loro doveri - rituali, carità, austerità eccetera - con l'om.

Coloro che seguono il Brahman (*brahma vadinah*) sono chiamati *brahmana*. L'espressione "seguire il Brahman" include

(progressivamente) "conoscere il Brahman", "realizzare il Brahman", "identificarsi con il Brahman" e "funzionare come Brahman", poiché il Brahman è il campo universale di consapevolezza di cui tutti facciamo parte. Nel verso 18.42, Krishna elencherà dettagliatamente i sintomi, le qualificazioni e i doveri (*guna* e *karma*) dei *brahmana* come categoria professionale, ma la definizione più importante del termine viene tradizionalmente attribuita ad Atri Rishi: *janmana jayate sudra, samskarad bhaved dvijah, veda-pathad bhaved viprah, brahma janati iti brahmanah*, "Per nascita, tutti sono semplicemente *sudra*, mentre attraverso la purificazione rituale si diventa nati due volte, attraverso lo studio della conoscenza vedica si diventa colti, ma il *brahmana* è chi conosce il Brahman."

Poiché l'unione con il Brahman è lo scopo finale dei *Veda* (il *veda anta*), un *brahmana* autentico impegnato nel *brahma yoga* è l'unica persona qualificata a insegnare la conoscenza vedica: *yavan artha udapane sarvatah samplutodake, tavan sarvesu vedesu brahmanasya vijanatah*, "Qualsiasi valore si trovi in un laghetto si trova anche in un grande lago, e similmente qualsiasi cosa sia contenuta nei *Veda* si trova in una persona che ha realizzato la conoscenza del Brahman" (2.46).

Krishna ha già spiegato che questa conoscenza realizzata è una consapevolezza dinamica focalizzata sul servizio alla Trascendenza suprema: *mam ca yo 'vyabhicarena bhakti yogena sevate, sa gunan samatityaitan brahma bhuyaya kalpate*, "Chi mi serve veramente nel *bhakti yoga* senza deviare sviluppa desideri sul livello del Brahman, che trascendono tutti e tre i *guna*" (14.26). Questo funziona sia come causa che come effetto, poiché la vera *bhakti* mantiene una chiara consapevolezza trascendentale, e la coscienza trascendentale permette e sostiene la *bhakti* autentica.

La vera *bhakti* trascendentale a Bhagavan (*mad bhaktim param*, 18.54) può iniziare soltanto dopo aver raggiunto il livello della

liberazione (*moksha*), che costituisce la consapevolezza trascendentale, libera dalle identificazioni e dagli attaccamenti materiali. Questa consapevolezza trascendentale, la realizzazione del Sé nell'unione intima tra *atman* e *brahman*, è lo scopo ultimo dei *Veda* (*vedanta*), che viene regolarmente ricordata dai *brahmana* qualificati in tutte le cerimonie rituali attraverso la meditazione e la pronuncia della sacra sillaba *om*, e talvolta con affermazioni più esplicite, come "*krishna arpanam astu*" ("io compio questa azione come servizio a Krishna"). Senza il ricordo dello scopo supremo della vita, tutte le attività religiose degli inni vedici e delle cerimonie rituali rimangono semplicemente all'interno del campo temporaneo dei *tri-guna* e dei quattro *purusha artha* - in altre parole, sul livello materiale in questo universo.

Il regno dei tre *guna* materiali è caratterizzato dalla relatività e dalla legge di causa ed effetto (*karma*); oltre il livello dei *guna* troviamo l'Esistenza eterna, immutabile, assoluta, libera da ogni condizionamento, che include la totalità della consapevolezza e che è la pura felicità del Sé. Questo è indicato dalle parole *sat* (esistenza, eternità), *cit* (consapevolezza) e *ananda* (felicità). Questa felicità è incondizionata e non turbata dal contatto (o dalla mancanza di contatto) con gli oggetti esteriori: *bahya sparsesv asaktatma vindaty atmani yat sukham, sa brahma yoga yuktatma sukham aksayam asnute*, "Senza attaccamento per il contatto con (le cose) esteriori, trova la felicità nel Sé. Questa persona è impegnata nell'unione con il Brahman e gode di una felicità inesauribile" (5.21).

Nella *Bhagavad gita*, il fine ultimo (*anta*) dei *Veda* è chiamato *yoga*, una definizione che indica questa unione con il Brahman: *yunjann evam sadatmanam yogi vigata kalmashah, sukhen brahma samsparsham atyantam sukham asnute*, "Concentrandosi sempre sul Sé, lo *yogi* che si è liberato da tutte le contaminazioni

raggiunge la felicità più alta perché rimane facilmente collegato con il Brahman" (6.28).

I veri *brahmana* sono perfettamente consapevoli di questa verità finale, perciò compiono tutte le loro attività come un'offerta al Supremo: *yajna* (cerimonie rituali e doveri professionali), *dana* (carità), *tapasya* (austerità), e *kriya* (pratiche spirituali), e persino il dovere finale che consiste nel lasciare il corpo materiale: *om ity ekaksaram brahma vyaharan mam anusmaran, yah prayati tyajan deham sa yati paramam gatim*, "Vibrando 'om', la forma sillabica del Brahman, e ricordando me, chi lascia il corpo raggiunge la destinazione suprema" (8.13).

La parola *satatam* ("sempre") indica che tutte le azioni - grandi e piccole - devono essere offerte al Supremo, in una meditazione costante (*samadhi*). Questo era già stato spiegato da Krishna: *yat karosi yad asnasi yaj juhosi dadasi yat, yat tapasyasi kaunteya tat kurusva mad arpanam*, "O Arjuna, tutto quello che fai, tutto quello che mangi, che sacrifichi, che dai in carità, o che sopporti nel compimento dei tuoi doveri - fallo per me" (9.27).

Come applicarlo in pratica? Pronunciando queste semplici parole prima di iniziare qualunque azione (*pravartante*, "iniziano") per rinfrescarci la memoria e mantenere la consapevolezza sul livello giusto.

L'espressione *vidhana uktah* ("secondo le regole") riecheggia le parole *udahritya* ("indicato", 17.24) e *nirdesa* ("designato", "ordinato", 17.23). Specificamente, è composta da *vidhana*, che deriva da *vidhi* (che significa "regole", "metodo", "conoscenza") e *uktah*, che significa "detto", "spiegato". Si riferisce alla tradizione della *smriti*, alle istruzioni del *guru* e ai molti insegnamenti delle grandi personalità del passato e specialmente degli *avatara*. Soprattutto si riferisce alle istruzioni dirette della *sruti* o *shastra pramana*, come per esempio negli aforismi seguenti: *om tad*

vishnoh paramam padam (Rig Veda 1.22.20), om iti brahma (Taittiriya Upanishad, 1.8.1), tat tvam asi (Chandogya Upanishad 6.8.7).

Il suono *om* rappresenta il Signore supremo in tutte le scritture vediche: *om iti brahma (Taittiriya Upanishad 18.1), om ity etad brahmano nedisthan nama (Rig Veda)*. Lo conferma Krishna nel verso 7.8: *raso 'ham apsu kaunteya prabhasmi sisi-suryayoh, pranavah sarva-vedesu sabdah ke paurusam nrisu*. Il Signore si manifesta nella liquidità e nel gusto dell'acqua, nello splendore e nella luce del sole e della luna, nella forza vitale degli esseri viventi, e nel suono primordiale che permea l'etere e lo spazio, che è la sacra vibrazione *om*. Questo stesso suono vibra costantemente in tutto lo spazio, all'interno e all'esterno di tutti i corpi, e sviluppando il nostro potere di percezione possiamo udirlo distintamente. Il *pranava omkara* è l'inizio, la metà e la fine di ogni creazione, e ricordando la forma trascendentale della vibrazione sonora della Divinità, tutto ciò che facciamo diventa perfetto.

VERSO 25

तदित्यनभिसन्धाय फलं यज्ञतपःक्रियाः ।

tadityanabhisandhāya phalam yajñatapaḥkriyāḥ ।

दानक्रियाश्च विविधाः क्रियन्ते मोक्षकाङ्क्षिभिः ॥ १७-२५ ॥

dānakriyāśca vividhāḥ kriyante mokṣakāṅkṣibhiḥ ॥ 17-25 ॥

tat: quello; *iti*: così; *anabhisandhaya*: senza alcun egoismo; *phalam*: i risultati; *yajna tapah kriyah*: le attività di sacrificio e austerità; *dana kriyah*: le attività di carità; *ca*: e; *vividhah*: varie; *kriyante*: sono fatte; *moksa kanksibhih*: da coloro che desiderano la liberazione.

"In questo modo, coloro che desiderano la liberazione compiono le attività doverose come rituali, austerità e carità senza alcun desiderio egoistico per i loro risultati.

La parola *anabhisandhaya* ("senza egoismo") si riferisce a *phalana* ("i frutti"), perciò il significato è "non attaccati egoisticamente ai frutti" - esattamente l'opposto dell'espressione *abhisandhaya tu phalam* che avevamo trovato nel verso 17.12. Questo indica che le nostre azioni devono essere indirizzate, deliberatamente e con intelligenza, a ottenere buoni risultati, ma non semplicemente per il nostro vantaggio egoistico. Abbiamo già visto che tale atteggiamento è caratteristico di *sattva*, la bontà naturale (17.11, 17.17, 17.20), e ora vediamo che è caratteristica della consapevolezza del Brahman esemplificata dai *brahmana* autentici.

Dunque le attività religiose (*yajna, tapa, kriya, dana*) compiute secondo i principi naturali di *sattva* e focalizzate sul ricordo e la consapevolezza del Brahman trascendentale costituiscono il metodo appropriato per ottenere i quattro *purusha artha*, compresa la liberazione (*moksha*). Lo conferma Sukadeva: *akama sarva kamo va moksa kama udara dhih, tivrena bhakti yogena yajeta purusam param*, "Sia che non abbia desideri, che sia pieno di desideri o che desideri solo la liberazione, chi è veramente intelligente adorerà il Purusha supremo con una intensa *bhakti*" (*Bhagavata Purana*, 2.3.10).

Poiché *moksha* è il successo più alto nella sfera materiale, include tutte le altre perfezioni e forme di successo invece che sostituirle; è importante comprendere questo punto perché le persone ignoranti spesso confondono *tamas* con *sattva*, e la semplice frustrazione materiale (dovuta a un generale fallimento personale) con *moksha*. Si tratta di un'idea estremamente pericolosa, perché tende a creare *sannyasi* e *sadhu* fasulli, degradati e completamente privi di qualificazioni, che salteranno immediatamente sulla gratificazione

dei sensi alla prima occasione, mostrando la loro vera natura, proprio come lo sciacallo blu della parabola.

La parola *tat* è collegata con *tattva*, un termine tecnico che potrebbe essere tradotto come "realtà ontologica", sia al livello assoluto che al livello di categorizzazione. Abbiamo già visto che in molti versi la *Bhagavad gita* menziona la parola "*tat*" come riferimento alla Trascendenza; per comprendere meglio il suo significato possiamo rileggere i versi 2.17, 3.9, 4.34, 4.39, 5.5, 5.16, 5.17, 6.21, 7.29, 8.1, 8.11, 8.21, 10.39, 11.37, 11.45, 11.49, 13.13, 13.14, 13.16, 15.5, 15.6, 15.12, 17.23, 17.25, 17.27, 18.55, 18.62. Questo significato viene confermato anche in molti altri testi, come per esempio la *Chandogya Upanishad* 6.8.7 (*tat tvam asi*).

Perciò quando diciamo, "*om tat sat*", stiamo ricordando la natura eterna e trascendentale del Brahman/ Atman come la vera realtà e lo scopo della vita e degli insegnamenti vedici, al di là dei benefici materiali temporanei che possiamo sperimentare in questo mondo come vantaggi del nostro giusto impegno nella sua amministrazione. Già all'inizio della *Bhagavad gita*, Krishna aveva affermato:

vyavasayatmika buddhir ekeha kuru nandana, bahu sakha hy anantas ca buddhayo 'vyavasayinam, "O Arjuna, la comprensione che è costantemente focalizzata sull'*atman* è l'unica vera in questo (mondo). Coloro che non si concentrano (sull'anima) disperdono la propria intelligenza in innumerevoli ramificazioni di poca importanza" (2.41),

yam imam puspitam vacam pravadyanty avipascitah, veda vada ratah partha nanyad astiti vadinah, "O Arjuna, coloro che non hanno una comprensione predicano queste cose con molte parole fiorite, e quelli che sono attaccati alla lettera dei *Veda* sono incapaci di riconoscere qualsiasi altra cosa" (2.42),

kamatmanah svarga para janma karma phala pradam, kriya visesa bahulam bhogaisvarya gatim prati, “Aspirano ai piaceri dei pianeti superiori e ai frutti delle loro azioni da raccogliere in una vita successiva, perciò compiono una grande varietà di rituali complicati per ottenere il successo di una posizione elevata e della gratificazione dei sensi” (2.43),

bhogaisvarya prasaktanam tayapahrta cetasam, vyavasayatmika buddhih samadhau na vidhiyate, “Poiché sono attaccati al piacere e alla posizione elevata (di potere e opulenza) e la loro mente è confusa da queste cose, rimangono incapaci di focalizzare le loro comprensione sul Sé e di raggiungere il *samadhi*” (2.44),

traigunya visaya veda nistraigunyo bhavarjuna, nirdvandvo nitya sattva stho niryoga ksema atmavan, “I *Veda* trattano delle varie manifestazioni dei tre *guna*. O Arjuna, dovresti piuttosto distaccarti da questi tre *guna*, e situarti in quella pura bontà che non è soggetta a cambiamenti. Chi conosce l'*aman* diventa libero da tutte le dualità e trova protezione nel distacco” (2.45).

VERSO 26

सद्भावे साधुभावे च सदित्येतत्प्रयुज्यते ।

sadbhāve sādhubhāve ca sadityetatprayujyate ।

प्रशस्ते कर्माणि तथा सच्छब्दः पार्थ युज्यते ॥ १७-२६ ॥

praśaste karmaṇi tathā sacchabdaḥ pārtha yujyate ॥ 17-26 ॥

sat bhave: nella consapevolezza spirituale; *sadhu bhave*: con il sentimento di una persona buona; *ca*: e; *sat*: *sat*; *iti*: così; *etat*: questo; *prayujyate*: viene impegnato; *prasaste*: in buona fede;

karmani: le attività; *tatha*: anche; *sat sabdah*: la parola *sat*; *partha*: o figlio di Pritha; *yujyate*: è impegnata.

"O figlio di Pritha, chi si impegna sinceramente in tutti i doveri con una consapevolezza trascendentale e il sentimento di una persona buona, viene indicato da *sat*."

Abbiamo già discusso i significati di *sat* nei capitoli precedenti, perché questa piccola parola contiene un tesoro di conoscenza ed è centrale nella realizzazione della Trascendenza. Le *Upanishad* affermano: *sad eva saumya idam agra asit*, "dolce ragazzo, all'inizio c'era solo *sat*" (*Chandogya Upanishad* 6.2.1).

La triade *sat, cit, ananda* illustra le qualità inerenti del Brahman, che è al di là dei *guna* o qualità materiali. Come abbiamo menzionato nel verso 2.16, *sat* significa "esistenza, realtà", e quindi "essenza, essere ontologico", "eternità, permanenza" ma anche "esistenza spirituale, trascendentale", "buono, positivo, virtuoso", perché tutto ciò che è buono sostiene l'esistenza dell'universo per il progresso di tutti gli esseri. In quanto forma suprema di bene nel compimento dei propri doveri, la parola *sat* ha preso anche il significato di "determinazione, sincerità, positività". Nella sua forma aggettivale, *sat* significa "vero, reale, effettivo, buono, giusto, eterno, spirituale, trascendentale". Il suo opposto *asat* significa quindi "non esistente, illusorio, falso, sbagliato, impermanente, temporaneo, materiale".

Dalla radice "*sat*" derivano *satya* ("verità") e *sattva* ("bontà"), che sono concetti fondamentali nella conoscenza vedica, come anche la parola *sadhu* ("persona buona"). Dal punto di vista grammaticale, *sadhu* è chi si trova sul livello di *sat*, perciò il termine viene usato per indicare tutte le categorie di spiritualisti. In questa direzione possiamo osservare l'uso di espressioni come *sat guru* (l'insegnante trascendentale, paragonato ai normali insegnanti o *guru*) e naturalmente *sat sisya* (lo studente autentico e sincero che è

interessato all'*atma vidya* o *sat vastu*, "cose spirituali"), come anche *sad anusthana* (l'insegnamento trascendentale o iniziazione nella *atma vidya*) paragonato al semplice *anusthana* ("posizione stabilita" generalmente nella società o nella categoria professionale). La presenza di *sat* indica dunque la giusta trasmissione della conoscenza secondo il metodo spiegato dalle scritture (15.20, 16.24, 17.24) in contrasto con le pratiche di coloro che non seguono le scritture (16.23, 17.1, 17.5). Pronunciare l'*om tat sat* è un atto necessario per la nostra consapevolezza durante le cerimonie tradizionali di *diksha* e *upanayana*, nelle quali il *guru* conferisce il filo sacro al discepolo come segno della sua qualificazione nello studio dei *Veda*.

Poiché nell'espressione "*om tat sat*", il termine *sat* è direttamente collegato al Brahman e alla Trascendenza, la presenza della consapevolezza suprema è evocata eternamente (*satatam*, 3.19, 6.10, 8.14, 9.14, 12.14, 17.24, 18.57, e *sada*, 5.28, 6.15, 6.28, 8.6, 10.17, 18.56). In altre parole, la coscienza trascendentale non è un lavoro part-time, un hobby o una pratica di rilassamento che usiamo per diventare più capaci di gestire lo stress della vita moderna. E' il significato della vita stessa, e dovremmo rimanere costantemente situati su questo livello (*samadhi*).

In questo verso l'espressione *sat bhava* ("consapevolezza trascendentale") può essere spiegata come la consapevolezza o sentimento/emozione (*bhava*) della Realtà come l'esistenza eterna di Dio; questa sensazione o consapevolezza è estatica, piena di felicità (*ananda*) e mostra ogni cosa chiaramente nella giusta luce (*cit*). A un altro livello, *sat bhava* gioca sul significato di *bhava* come "creazione, manifestazione" cioè la fioritura dell'esistenza eterna (*sat*) nella nostra consapevolezza. La Realtà è eterna ma noi come *anu atman* ne diventiamo consapevoli soltanto gradualmente mentre ci sviluppiamo verso la piena realizzazione del sé. In questo senso, potremmo tradurre queste espressioni come "il senso

della natura della Realtà, la percezione che qualcosa sta accadendo o si sta manifestando".

Similmente, l'espressione gemella *sadhu bhava* significa fondamentalmente "con l'atteggiamento di una persona buona", indicando che bisogna rimanere stabiliti almeno sul livello di *sattva* se non di *suddha sattva*.

Questa era una delle prime istruzioni offerte da Krishna: *traigunya visaya veda nistraigunyo bhavarjuna, nirdvandvo nitya sattva stho niryoga ksema atmavan*, "Gli oggetti descritti dalla conoscenza tradizionale sono costituiti dai tre *guna*. O Arjuna, trascendi la dualità di questi tre *guna* e rimani sempre situato in *sattva*, protetto dal distacco" (2.45).

E' stato nuovamente confermato alla conclusione del capitolo che trattava specificamente dei *guna*: *sama duhkha sukhah sva sthah sama lostrasma kancanah, tulya priyapriyo dhiras tulya nindatma samstutih*, "Il saggio è fermamente stabilito in *suddha sattva* e tollera ugualmente le proprie gioie e i propri dolori. Guarda con uguale considerazione un grumo di argilla, una pietra e un pezzo d'oro, e dà lo stesso valore alle cose piacevoli e spiacevoli, rimanendo sobrio ed equilibrato quando viene insultato come quando viene glorificato" (14.24).

Una buona traduzione di "*sadhu bhava*" potrebbe anche essere "migliorando il proprio comportamento e atteggiamento", o "purificandosi", a indicare un impegno dinamico e costante in *sattva* per mantenerci distaccati dalle identificazioni statiche (che trasformano *sattva* in *tamas*) e lontani da *rajas* e *tamas*, che continuano a rimanere attivi attorno a noi e fanno pressione sul corpo e sulla mente materiali. Questo è confermato anche dalle espressioni *prayujate*, cioè "è impegnato, in azione, collegato", *karmani*, "in tutte le attività doverose", e *prasaste* ("in buona fede, di buon augurio, genuino, autentico").

Un'altra osservazione interessante a questo proposito è la distinzione concomitante di *sat bhava* e *sadhu bhava* che ci ricorda che *atman* è parte di *brahman*, e persino quando sono in perfetto unisono, queste due identità rimangono distinte (2.11) proprio come ciascuna molecola di acqua mantiene la propria identità atomica anche dopo essersi fusa con l'oceano. Quindi *sat* si riferisce al Brahman supremo, mentre *sadhu* si riferisce all'*atman* incarnato o *jivan mukta*.

L'espressione *sat sabda* che vediamo nell'ultima parte di questo verso ha almeno due livelli di significato. Il significato pratico è "la parola *sat*", e in questo caso l'espressione *yujyate* che la accompagna vuol dire "è usata, si riferisce a", come nella definizione di dizionario. Ma se consideriamo *sat sabda* come un sinonimo di *sabda brahman* (il suono spirituale costituito dalle scritture vediche), il termine *yujyate* può essere interpretato come "è impegnato, è collegato", che riecheggia la precedente espressione *prayujyate* ("è impegnato") riferito all'impegno nei propri doveri, sincero e libero dall'egoismo. E' interessante notare il fatto che i due significati si rafforzano a vicenda, perché qui stiamo discutendo del compimento di doveri religiosi su un livello trascendentale come prescritto dagli *shastra* autentici. Un corollario di questa "confluenza di significati" ci proteggerà dall'illusione che consiste nel trascurare di applicare la teoria alla pratica - un difetto fondamentale nelle persone abitualmente religiose. Altri commentatori hanno spiegato l'espressione *prasaste* ("onestamente, adeguatamente") come *satam prasangam* ("nella compagnia dei *sadhu*", o *sat sanga*), sulla base delle istruzioni di Kapila nel *Bhagavata Purana*. Il verso afferma: *satam prasangam mama virya samvido bhavanti hrt karna rasayanah kathah, taj josanad asv apavarga vartmani, sraddha ratir bhaktir anukramisyati*, "Attraverso il contatto con i *sadhu* e le discussioni con loro si sviluppa un gusto per ascoltare e ricordare le mie meravigliose attività. Coltivando questo gusto si trova ben presto la

via per la liberazione, sviluppando fede, attaccamento e pura devozione" (*Bhagavata Purana* 3.25.25).

Altri commentatori hanno tradotto *prasaste karmani* come "doveri prescritti" e "doveri autorizzati". Entrambe le interpretazioni possono essere riconciliate grazie al prossimo verso, in cui *sat* indica il Supremo, la cui Personalità non è differente dai suoi insegnamenti e dalla narrazione dei suoi *lila* (*sat sabda*) che troviamo nelle scritture. E come sappiamo, la Personalità suprema di Bhagavan come Yajna non è differente dal compimento dell'azione sacrificale (*yajna*), alla quale si riferisce questo verso (*prayujyate prasaste karmani*).

VERSO 27

यज्ञे तपसि दाने च स्थितिः सदिति चोच्यते ।

yajñe tapasi dāne ca sthitiḥ saditi cocyate ।

कर्म चैव तदर्थीयं सदित्येवाभिधीयते ॥ १७-२७ ॥

karma caiva tadarthīyaṁ sadityevābhīdhīyate ।। 17-27 ।।

yajne: nei sacrifici; *tapasi*: nell'austerità; *dane*: nella carità; *ca*: e; *sthitih*: la posizione; *sat*: *sat*; *iti*: così; *ca*: e; *ucyate*: è detto; *karma*: azione; *ca*: e; *eva*: certamente; *tad arthiyam*: per quello scopo; *sat*: *sat*; *iti*: così; *eva*: certamente; *abhidhiyate*: è indicato.

"E' detto inoltre che *sat* indica la caratteristica dell'azione, o lo scopo per il quale viene compiuta.

Krishna chiarisce qui che pronunciando "*sat*" si dichiara esplicitamente lo scopo dell'attività religiosa - cerimonia rituale, austerità, carità eccetera - come eterna e di natura spirituale, poiché

è dedicata a *tat*, il Brahman (*om*). L'espressione *tat arthiyam sat* significa letteralmente "allo scopo di *sat*". Un'altra espressione equivalente è *sat iti*, "questo è *sat*".

La differenza tra *yajna*, *tapas*, *dana* compiuti per la Realtà spirituale e le stesse attività compiute dalle persone sattviche che non hanno il beneficio della conoscenza delle scritture vediche è che il *sattva* materiale rimane comunque sul piano materiale e quindi i suoi risultati sono limitati, anche se sono sempre meglio dei risultati prodotti dalle stesse attività religiose compiute con avidità e ignoranza sotto *rajas* e *tamas*.

Il termine *sthiti* ("posizione") viene talvolta interpretato in riferimento ai tradizionali riti di passaggio come i *samskara* (rituali di purificazione intesi a dare un buon imprinting alla mente per iniziare una nuova fase di vita) e *pravesa* (rituale di purificazione prima di cominciare a utilizzare una casa o un tempio). Questo segna la nostra posizione in una fase della vita, in una categoria sociale e professionale, in un luogo dove viviamo e adoriamo, così che il nostro *sva dharma* o *karmani* (doveri) possano venire facilmente definiti. Secondo la nostra particolare posizione in ogni momento, i nostri doveri possono variare anche in modo considerevole per l'efficacia delle nostre azioni a sostegno della totalità dell'essere. A un livello più profondo, *sthiti* indica qui che siamo sempre consapevoli della nostra posizione di parti del corpo e amorevoli servitori del Supremo: tutte le nostre attività possono essere spiritualizzate da questo atto deliberato della consapevolezza, così che la nostra vita in questo mondo diventa vita a *vaikuntha* (libera dall'ansietà).

Krishna lo aveva già affermato: *bhoktaram yajna tapasam sarva loka mahesvaram, suhridam sarva bhutanam jnatva mam santim ricchati*, "Chi mi conosce come il beneficiario di *yajna* e *tapah*, il grande Signore di tutti i mondi e il più caro amico di tutti gli esseri, raggiunge la pace" (5.29), e *aham hi sarva yajnanam bhokta ca*

prabhur eva ca, na tu mam abhijananti tattvenatas cyavanti te, "Io sono il Signore e il beneficiario di tutti gli *yajna*. Coloro che non comprendono il mio *tattva* dovranno rinascere di nuovo" (9.24).

Poiché *sat* è stato stabilito come l'indicazione della realtà eterna e trascendentale a confronto delle manifestazioni materiali, temporanee ed illusorie, il migliore significato di *sthiti* può indicare la posizione permanente e intrinseca o natura dell'*atman*, che non cambierà mai (da 2.20 a 2.24): questo è ciò che chiamiamo "realizzazione del sé".

La presenza del termine *yajna* all'inizio del verso indica inoltre che tutte le altre attività religiose sono azioni sacre o sacrifici, originate dal concetto fondamentale di *yajna*. In questo senso, l'azione sacra è personificata dal Vishnu *tattva* stesso: *adhibhutam ksaro bhavah purusas cadhidaivatam, adhiyajno 'ham evatra dehe deha bhritam vara*, "Adhibhuta è l'esistenza soggetta al cambiamento, e l'Adhidaiva è il *purusha*, il principio che controlla. O migliore tra tutti gli esseri incarnati, io sono l'Adhiyajna, che risiede in questo corpo" (8.4).

E ancora: *yajnarthat karmano 'nyatra loko 'yam karma bandhanah, tad artham karma kaunteya mukta sangah samacara*, "Le azioni devono essere compiute come offerte a Yajna, altrimenti causano legami a questo mondo. Dovresti dunque compiere le tue attività a questo scopo, rimanendo distaccato" (3.9). Qui troviamo un collegamento diretto con l'espressione *tat arthiyam* ("per lui/per quello") in riferimento a *karma* (azione, dovere), per indicare la perfezione dei propri doveri come offerta in servizio devozionale a Dio.

L'adorazione di Yajna attraverso lo *yajna* è considerata l'attività più elevata per coloro che sono già liberati: *gata sangasya muktasya jnanavasthita cetasah, yajnayacaratah karma samagram praviliyate*, "Chi è diventato libero da tutti gli attaccamenti e le

identificazioni, e la cui consapevolezza è fermamente stabilita nella conoscenza, adora Yajna (Vishnu) attraverso le sue azioni. Tutto il suo *karma* è così distrutto" (4.23).

VERSO 28

अश्रद्धया हुतं दत्तं तपस्तप्तं कृतं च यत् ।

aśraddhayā hutam dattam tapastaptam kṛtam ca yat ।

असदित्युच्यते पार्थ न च तत्प्रेष्य नो इह ॥ १७-२८ ॥

asadityucyate pārtha na ca tatprepya no iha ।। 17-28 ।।

asraddhaya: senza fede; *hutam*: offerto in sacrificio; *dattam*: offerto in carità; *tapah taptam*: compiuto come austerità; *kritam*: azioni; *ca*: e; *yat*: che; *asat*: materiale/ temporaneo; *iti*: così; *ucyate*: è detto; *partha*: o figlio di Pritha; *na*: non; *ca*: e; *tat*: quello; *pretya*: dopo la morte; *na u*: e nemmeno; *iha*: in questa vita.

"O figlio di Pritha, qualunque azione di offerta rituale, carità o austerità venga compiuta senza fede e con coscienza materiale, rimane incapace di portare buoni risultati, dopo la morte o anche in questa vita.

Abbiamo visto che le attività religiose (*yajna*, *tapah*, *dana* ecc) compiute nella consapevolezza trascendentale, secondo gli insegnamenti delle scritture autentiche, portano i benefici più alti e permanenti, non solo riguardo ai successi in *dharmā*, *artha* e *karma*, ma anche verso *moksha* e oltre. D'altra parte le stesse attività religiose compiute senza conoscenza delle scritture o realizzazione trascendentale, ma ispirate e sostenute da *sattva* (la

bontà naturale) portano buoni risultati karmici, felicità e progresso verso la purificazione e la conoscenza. Le attività religiose compiute con fede (*sraddha*) ma senza la guida delle scritture e sotto l'influenza di *rajas* portano risultati temporanei che sono limitati allo scopo specifico egoistico che viene perseguito, e che lega in ultima analisi l'adoratore agli attaccamenti e alle identificazioni materiali. Le stesse attività religiose compiute con fede ma influenzate da *tamas* potrebbero (oppure no) portare benefici materiali temporanei, ma comportano sempre conseguenze karmiche negative e legano l'adoratore a una mentalità illusoria e asurica distruggendo intelligenza e buon senso.

Ora Krishna mostra un contrasto ancora più netto tra il livello più alto (*om tat sat*) e il livello più basso possibile indicato in questo verso. Le attività religiose compiute senza fede sono ancora meno benefiche delle stesse pratiche religiose influenzate da avidità e ignoranza ma sostenute da una certa misura di fede sincera. Qui i confini tendono a sovrapporsi (*sraddha virahitam*, 17.13) perché abbiamo visto nei versi precedenti che le attività religiose motivate da avidità e ignoranza possono essere compiute senza fede, per esempio quando una persona viene costretta ad agire da altri anche contro la propria volontà e le proprie convinzioni. Le ideologie abramiche presentano il perfetto esempio di questa situazione, in quanto non riconoscono la libertà di scelta degli individui nel campo delle attività religiose, come hanno ampiamente dimostrato nel corso della loro storia, specialmente nei periodi e nelle regioni in cui hanno acquisito sufficiente potere politico e finanziario per controllare la società.

L'espressione *na ca tat pretya no iha* è una chiara affermazione che copre tutti i tre mondi - la dimensione delle manifestazioni grossolane (*iha*, "qui", che si riferisce al corpo), la dimensione della manifestazione sottile (*pretya*, il mondo dei morti) e la dimensione trascendentale (*tat*, indicata da *om tat sat*).

Così al termine di questo capitolo abbiamo la conclusione di Krishna: un'anima incarnata può scegliere dove prendere rifugio, se nella natura divina (9.13) o nella natura asurica (7.15), e diventare un *nitya siddha* o un *nitya baddha* (15.16, 15.18). Qualsiasi condizione di esistenza si trovi in mezzo a questi due - il regno dei *guna* materiali - non farà altro che spingerci in una delle due direzioni. In realtà non c'è una posizione intermedia, se non temporanea e piena di sofferenze e duro lavoro (8.15, 8.16, 9.21). Se non vogliamo rimanere intrappolati per sempre in un livello di vita demoniaco e degradato (16.19, 16.20), l'unica vera soluzione è *moksha*, la liberazione dalle identificazioni e dagli attaccamenti materiali, che sarà il centro di attenzione per il prossimo e ultimo capitolo della *Bhagavad gita*.

Ecco un breve riassunto delle dinamiche: le qualità caratteristiche della natura divina portano alla liberazione, mentre le qualità della natura asurica causano prigionia (16.5). Le qualità asuriche sono una miscela di *rajas* e *tamas* (3.37, 3.43, 16.10, 16.12, 16.16, 16.18, 16.21), come avidità, ignoranza, egotismo, ipocrisia, impudenza, arroganza, rabbia, cattiveria, falso prestigio dovuto alla propria posizione e ricchezza (16.4, 16.17). Coloro che hanno preso rifugio nella natura asurica (7.15, 9.12) rimangono incapaci di evolversi e perdono ogni intelligenza, senso della realtà e della verità, e giusta comprensione (7.5, 16.7, 16.20), perciò si impegnano in scelte e attività disastrose che danneggiano loro stessi e anche gli altri e il mondo in generale (17.6, 9.12).

C'è un modo per uscire da questo disastro: possiamo avvicinarci sinceramente la conoscenza degli *shastra* (16.23) che ci guiderà gradualmente nella direzione giusta attraverso il compimento corretto dei nostri doveri (16.24) che ci purifica dagli attaccamenti materiali, e specialmente dalla mistura tamasica tossica di lussuria, avidità e collera (*kama krodha lobha*, 16.21). Qualsiasi anima incarnata che diventi capace - in questo stesso corpo - di sostenere

l'impatto della lussuria rabbiosa può trovare la liberazione e la vera felicità (5.23, 5.26, 16.22). Questa persona rimane situata in modo neutrale nel *suddha sattva* e tollera le varie condizioni della vita incarnata creata dai *guna* senza rimanere attaccata alle cose positive e senza odiare le cose negative; continua a lavorare doverosamente e senza egoismo, ed è impaziale verso amici e nemici (14.22, 14.23, 14.24, 14.25). Il suo unico interesse consiste nel livello trascendentale del Brahman, sul quale l'azione è puro servizio devozionale al Supremo (14.26). E questo è l'argomento del prossimo capitolo.